

« Dieu est présent : apprenons à demeurer avec Lui. »

Chaque année, l'Avent revient comme un temps où nous nous préparons intérieurement à célébrer Noël, événement inouï et décisif pour l'humanité : Dieu s'est fait homme parmi les hommes. De sa naissance à sa mort sur la Croix, le Fils de Dieu a partagé en tout notre condition humaine, à l'exception du péché. Les jours raccourcissent, les nuits s'allongent, et l'Église nous invite à lever les yeux vers Celui qui vient. **Chacun est appelé à la vigilance, à la conversion du cœur et au renouvellement de sa vie.**

Cette attente porte en elle plusieurs dynamiques. Nous nous préparons à célébrer la naissance du Christ à Bethléem, tandis que notre espérance se tend en même temps vers son retour dans la gloire. Une troisième venue se glisse pourtant entre ces deux-là, plus silencieuse, plus quotidienne : celle du Seigneur qui vient à notre rencontre et frappe chaque jour à la porte de notre cœur, c'est ici la nouveauté de l'évangile, vivre dès aujourd'hui de la résurrection de Jésus.

I. Le frère Laurent, témoin de la présence de Dieu

Cette retraite de l'Avent veut nous conduire à reconnaître cette venue quotidienne du Christ. Elle s'appuie sur l'enseignement d'un frère carme déchaux du XVIIème siècle, dont la vie cachée continue d'éclairer aujourd'hui de nombreux croyants : le **frère Laurent de la Résurrection**.

Le frère Laurent, de son nom de baptême Nicolas Herman, est né en 1614 à Hériménil en Lorraine dans une famille profondément chrétienne[1]. À 18 ans, il vit une expérience spirituelle qui le marque profondément :

« *C'était l'hiver, et les jours étaient courts et gris. Le travail dans les champs de Lorraine avait cessé. Les bois étaient humides et avaient perdu leurs couleurs d'automne, et les oiseaux ne chantaient plus.*

Pour Nicolas Herman, à la fleur de l'âge, le printemps semblait encore loin. Pendant que, rêveur, il regardait un arbre dépouillé, il lui sembla que le temps hâtait son mouvement. Et dans cette bousculade du temps se dévoila tout à coup à lui un abîme insondable. Il saisit comment l'arbre se couvrirait bientôt de bourgeons, de feuilles, puis porterait des fruits.

Dix-huit fois déjà, il avait vécu ce processus annuel de renaissance ; mais cette fois-ci la merveille s'ouvrait sur une Profondeur Personnelle.

Nicolas compris avec évidence que tout ce phénomène n'était pas le fait de l'arbre seul. Il voyait la Force qui, avec ordre et finalité, se déployait dans l'événement cosmique. Année après année.

*Pourquoi ce processus ne se figeait-il jamais ? Nicolas ne contemplait plus un cosmos aveugle, mais regardait pour ainsi dire dans les yeux d'un Visage. « **Il reçut une haute vue de la providence et de la puissance de Dieu, qui ne s'est jamais effacée de son âme** », dira-t-il plus tard* (EN 1, p. 181)[2] *. A partir de ce jour Dieu fut pour lui « une Réalité vivante qu'il admirait et à laquelle il pouvait dire : "je Te remercie" »*[3].

---

1. Conrad de meester, *Frère Laurent de la Résurrection. Ecrits et entretiens sur la Pratique de la présence de Dieu*, Epiphanie, Cerf, Paris, 1991, Introduction, p. 9.

2. Conrad de meester, *idem*, p. 181. Désormais cité directement dans le texte EN 1. Le numéro qui suit le sigle est celui que porte le texte de cette édition. Par exemple, EN 1 renvoie au premier paragraphe des *Entretiens* dans cette édition. Les numéros de page indiqués sont également ceux de cette édition.

3. Conrad de meester, *Vie et pensées du Frère Laurent de la Résurrection*, Foi Vivante, Cerf, Paris, 1992, p. 16.

©Retraite en ligne du Carmel, carmes-paris.org. Tous droits réservés.

Il choisit ensuite le métier des armes et sert dans l'armée du duc de Lorraine durant la guerre de Trente ans (1618 à 1648).

À deux reprises, il se trouve confronté à la mort ; finalement, une blessure le contraint à quitter la carrière militaire à l'âge de 21 ans. Durant sa convalescence, cette expérience spirituelle revient à sa mémoire et il décide de consacrer sa vie à Dieu. Il s'adonne quelque temps à une vie érémitique, mais n'y trouve pas la paix qu'il espère. Il gagne alors Paris, où il devient laquais chez un conseiller au Parlement.

À 26 ans, il entre au couvent des Carmes déchaux de la rue de Vaugirard, à Paris, comme frère convers, et reçoit le nom de frère Laurent de la Résurrection. Il y mène jusqu'à sa mort, le 12 février 1691, une existence humble, faite de prière et de travail. D'abord chargé de la cuisine pendant de nombreuses années, il devient ensuite savetier lorsque sa santé ne lui permet plus d'assumer ses premières fonctions. Il vivra donc sa vie au Carmel dans les tâches ordinaires au service de la communauté. Après des années de trouble intérieures, il reçoit la grâce de goûter la paix du cœur, « *comme si son âme était en son centre et en son lieu de repos.* » (MS 22, p. 113).

Très vite, l'existence de frère Laurent sera éclairée par l'attention quotidienne à la présence de Dieu et rayonnera sur son entourage et au-delà :

« *La pratique la plus sainte et la plus nécessaire en la vie spirituelle est la présence de Dieu, qui consiste à se plaire et à s'accoutumer en sa divine compagnie, parlant humblement et s'entretenant amoureusement avec lui en tous temps, à tous moments, sans règle, sans mesure ; surtout dans le temps des tentations, des peines, des aridités, des dégoûts et même des infidélités et des péchés.* » (MS 6, p. 103)

Ce dont nous disposons comme écrits du frère vient surtout de deux petits livres édités par l'abbé Joseph de Beaufort immédiatement après la mort du frère[4] :

En 1692 : *Les Maximes Spirituelles*, les *Lettres* et l'*Eloge du frère Laurent*. En 1694 : *Les quatre entretiens*, la *Pratique de l'exercice de la présence de Dieu* et les *Mœurs*.

L'abbé Joseph de Beaufort était Vicaire général de Mgr de Noailles, alors évêque du diocèse de Châlons-sur-Marne, (puis à partir de 1695 de Paris). L'abbé Joseph de Beaufort qui a fréquenté frère Laurent pendant 25 ans, est son biographe éditeur « anonyme ».

Nous avons en notre possession de la main du frère : 16 ***Lettres*** (L), datant des dix dernières années de la vie de Laurent. Elles sont adressées à diverses personnes.

Les ***Maximes Spirituelles*** (MS), est une compilation de plusieurs manuscrits du frère Laurent. Ce petit opuscule est axé sur la recherche de Dieu dans le quotidien. L'authenticité n'en fait aucun doute, mis à part le chapitre premier (sur huit).

Nous avons ensuite : ***Quatre Entretiens*** (EN) qu'a eu notre frère avec Beaufort, entre le 3 août 1666 et le 25 novembre 1667. A priori rédigés trente ans après à partir de notes prises immédiatement.

Une vie du frère Laurent, appelé ***Eloge du frère Laurent*** (EL). Cet éloge est une première esquisse biographique écrit par l'abbé de Beaufort.

Enfin deux petits écrits de l'abbé de Beaufort qui sont rédigés à partir des écrits du frère Laurent pour étoffer le deuxième volume (celui de 1694) : La ***Pratique de l'exercice de la présence de Dieu*** est un résumé de toute la pensée de frère Laurent.

---

4. Sur la vie de Laurent jusqu'à son entrée au Carmel, *Cf.* Dominique Poirot, *Nicolas Herman, Laurent de la Résurrection*, Carmel, 1992/3, 65, p. 37-43.

©Retraite en ligne du Carmel, carmes-paris.org. Tous droits réservés.

Les ***Mœurs*** (M) est une seconde esquisse biographique, axée sur la piété solide et les vertus de frère Laurent. Leur intérêt est de nous fournir une petite synthèse de la physionomie spirituelle du frère par quelqu'un qui l'a connu, mais ils ne contiennent que peu d'éléments qui ne se trouvent déjà dans les sources citées précédemment.

L'authenticité de ces sources n'est remise en cause par personne. Tout le monde s'accorde à dire que l'abbé de Beaufort a cherché à transmettre le plus fidèlement possible l'héritage du frère.

Ni théologien renommé ni prédicateur célèbre, ses journées étaient remplies de tâches répétitives, parfois pénibles, souvent silencieuses. Pourtant, dans cette existence ordinaire, **frère Laurent fit une découverte qui peut sembler toute simple, mais qui possède une profondeur spirituelle extraordinaire : Dieu est présent** ; il est là à chaque instant, et il est possible de vivre continuellement en sa présence.

Cette « Réalité vivante » sera pour le frère Laurent de la Résurrection le fondement de sa vie et de son enseignement : « *La présence de Dieu, c'est, à mon sentiment, en quoi consiste toute la vie spirituelle et il me semble qu'en la pratiquant comme il faut, on devient spirituel en peu de temps.* » (L 3, p. 139) Cette conviction, transmise principalement à travers ses lettres, ses entretiens et les témoignages recueillis après sa mort, a traversé les siècles. Elle continue aujourd'hui de toucher des lecteurs du monde entier.

Plus récemment encore, le pape Léon XIV a souligné l'actualité de cet enseignement. Dans la préface qu'il a donnée en 2025 à une nouvelle édition vaticane de *La Pratique de la présence de Dieu*, il explique que cet ouvrage compte parmi les textes qui ont le plus marqué sa propre vie spirituelle et l'ont formé dans son chemin de connaissance et d'amour du Seigneur. Il

présente le chemin proposé par frère Laurent comme à la fois simple et exigeant : vivre dans la présence constante de Dieu, par de petits actes continus de louange, de prière, de supplication et d'adoration, dans chaque action et chaque pensée.

Le pape souligne également qu'à mesure que la présence de Dieu devient familière et occupe l'espace intérieur, la joie de demeurer avec lui grandit, tandis que les tâches quotidiennes elles-mêmes peuvent devenir plus légères. Ainsi, le témoignage du frère Laurent n'est pas seulement celui d'un mystique du XVIIème siècle, il devient une véritable proposition spirituelle pour les hommes et les femmes de notre temps.

II. Vivre la présence de Dieu au quotidien

Le message du frère Laurent rejoint profondément celui du temps de l'Avent. **Car attendre le Seigneur ne consiste pas seulement à regarder vers demain ; c'est apprendre à reconnaître Celui qui est déjà là**. Le Dieu que nous espérons est aussi le Dieu qui nous accompagne, qui nous précède, qui marche à nos côtés et qui habite déjà en nous par la grâce de son Esprit.

Notre époque connaît une agitation permanente. Les journées s'enchaînent à un rythme soutenu, les sollicitations se multiplient et nous pouvons facilement avoir le sentiment que Dieu n'a plus de place dans nos emplois du temps. Beaucoup rêvent de longs moments de silence ou de solitude pour prier davantage. Le frère Laurent nous rappelle pourtant avec douceur que la rencontre avec Dieu ne dépend pas d'abord des circonstances extérieures. Elle commence par un acte de foi, renouvelé sans cesse, qui consiste à tourner simplement notre cœur vers le Seigneur Jésus ressuscité.

Cette retraite ne demandera donc pas de quitter nos responsabilités familiales, professionnelles, communautaires ou pas-

torales. Bien au contraire, elle proposera de les habiter autrement. Le travail, les rencontres, les repas, les déplacements, les joies comme les contrariétés pourront progressivement devenir des lieux privilégiés où le Christ se laisse rencontrer. Notre parcours suivra la dynamique de la liturgie de l'Avent et s'articulera autour de quatre grands mouvements spirituels, inspirés de l'enseignement du frère Laurent.

III. Un chemin spirituel pour l'Avent

Au cours de la **1ère semaine**, nous découvrirons que la présence de Dieu peut être vécue à chaque instant. Avant même de parler de conversion ou d'effort spirituel, il nous faut ouvrir les yeux sur une réalité fondamentale : Dieu est déjà là. Il nous précède toujours. À l'exemple des sentinelles établies par les prophètes sur les remparts « *Sur tes remparts, Jérusalem, j'ai posté des veilleurs* » (Is 62, 6 ; cf. Is 21, 6-8 ; Ha 2,1), nous serons invités à **cultiver cette vigilance intérieure** à laquelle le Christ nous appelle : « *Veillez donc !* » (Mt 24, 42). Il ne s'agira pas seulement d'attendre Celui qui vient, mais d'apprendre à reconnaître sa présence déjà à l'œuvre, ses passages souvent discrets et ses appels silencieux au cœur des événements les plus ordinaires de notre vie.

La **2ème semaine** nous fera découvrir que le travail quotidien devient un lieu de rencontre avec le Ressuscité. À partir de l'appel de Jean-Baptiste « *Préparez le chemin du Seigneur* » (Mc 1, 3) nous verrons que le frère Laurent n'a pas rencontré Dieu en fuyant ses occupations, mais au milieu d'elles. Dans le bruit de la cuisine, dans les fatigues de la vie communautaire, dans la répétition des gestes les plus simples, il apprit à offrir chaque action comme un acte d'amour. À sa suite, nous chercherons comment **transformer nos responsabilités quotidiennes en une véritable liturgie de la vie.**

La 3ème **semaine** nous fera franchir un pas supplémentaire : **la joie de *Gaudete* nous révélera le secret d'une présence** qui, à chaque heure du jour, devient source de joie. Avec le frère Laurent, nous découvrirons que Dieu demeure avec nous, même lorsque tout vacille, et que cette amitié transforme le cœur en un véritable oratoire où l'âme peut se retirer à tout moment pour s'entretenir avec lui, doucement, humblement et amoureusement. De l'Eucharistie, de la Liturgie des Heures et de l'oraison silencieuse jaillit une eau vive qui irrigue toute l'existence. Ainsi, « *priez sans relâche* » (1 Th 5, 17) devient inséparable de « *réjouissez-vous toujours dans le Seigneur* » (Ph 4, 4).

Enfin, la 4ème **semaine** s'ouvrira sur l'accueil de la présence divine, dans le prolongement de la joie de *Gaudete* : la joie chrétienne naît de la présence de Celui qui vient et qui est déjà là. L'âme apprend alors à discerner les visages multiples de cette présence : celle du Créateur, qui soutient toute chose dans l'existence ; celle du Verbe fait chair, qui l'accomplit ; celle enfin que le Christ ressuscité continue d'offrir dans sa Parole, son Église, ses sacrements et dans l'Eucharistie. Le frère Laurent enseigne que cette présence ne dépend pas de nos sentiments, mais se vit « *en foi, avec humilité et avec amour* ». La Vierge Marie devient alors notre guide vers ces derniers jours avant Noël. Premier sanctuaire du Verbe incarné, arche vivante de la Nouvelle Alliance, elle accueille dans son sein le Dieu qui vient. À l'Annonciation, l'ange la salue : « *Le Seigneur est avec toi* » (Lc 1, 28) ; et son « *oui* » par « *Que tout m'advienne selon ta parole* » (Lc 1, 38) fait d'elle la demeure où le Verbe prend chair. À sa suite, nous sommes appelés, nous aussi, à **devenir une demeure de la présence divine au cœur du monde**.

Ainsi, cette retraite ne proposera pas une succession de réflexions indépendantes, mais un véritable itinéraire spirituel. Elle

nous fera passer de l'attention à la présence, de la présence à l'offrande, de l'offrande à l'oraison continuelle et de l'oraison à la joie de l'Emmanuel.

Chaque semaine suivra une même démarche. À partir des lectures liturgiques de l'Avent, nous laisserons la Parole de Dieu éclairer notre vie. Les écrits du frère Laurent viendront ensuite nous montrer comment cette Parole peut être vécue concrètement dans notre quotidien. Des pistes de méditation, une proposition de *lectio divina*, des exercices spirituels simples et une prière concluront chaque étape, afin que la réflexion puisse progressivement devenir expérience. Le but de cette retraite n'est donc pas d'ajouter une activité supplémentaire à un agenda déjà bien chargé. Elle souhaite au contraire **unifier notre existence autour d'une seule réalité : la présence aimante de Dieu**.

Au terme de ce chemin, nous comprendrons peut-être que Noël n'est pas seulement l'anniversaire d'un événement passé. La naissance du Christ Jésus à Bethléem révèle la volonté de Dieu de demeurer parmi les hommes. Le Verbe s'est fait chair afin de partager notre condition humaine et de nous ouvrir à sa propre Vie. C'est pourquoi la contemplation de la crèche ne sera pas seulement l'aboutissement de notre Avent ; elle deviendra l'itinéraire de notre propre cœur appelé à accueillir Jésus, le Vivant.

Le frère Laurent nous enseigne à ne jamais nous lasser de revenir à Dieu, même après les distractions, les fatigues ou les chutes. Cette persévérance humble constitue sans doute l'un des plus beaux messages qu'il puisse offrir à notre époque. La sainteté n'est pas réservée à quelques privilégiés : elle grandit dans ces innombrables retours confiants vers Celui qui ne cesse de se tenir à la porte de notre cœur et de frapper, attendant humblement que nous lui ouvrions (Ap 3, 20).

Que cette retraite soit donc une invitation à ralentir intérieurement, à écouter davantage, à reconnaître les visites du Seigneur Jésus dans les réalités les plus simples et à laisser grandir en nous cette familiarité avec ce Dieu fait chair qui transforme peu à peu toute l'existence. Alors, lorsque retentira dans la nuit de Noël l'annonce des anges : « *Aujourd'hui vous est né un Sauveur* » (Lc 2, 11), nous pourrons accueillir cette Bonne Nouvelle avec un cœur déjà préparé, non seulement parce que nous l'aurons attendue, mais surtout parce que nous aurons appris, jour après jour, à vivre en présence de Celui qui est l'Emmanuel, Dieu-avec-nous, hier, aujourd'hui et pour les siècles des siècles.



Fr. Jean-Sébastien de Notre-Dame
du Sacré-Cœur (Pissot), ocd (Avon)