

« Ce que je vous dis là, je le dis à tous : Veillez ! » (Mc 13, 37)

Évangile (Mc 13, 33-37)

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Prenez garde, restez éveillés : car vous ne savez pas quand ce sera le moment. C'est comme un homme parti en voyage : en quittant sa maison, il a donné tout pouvoir à ses serviteurs, fixé à chacun son travail, et demandé au portier de veiller. Veillez donc, car vous ne savez pas quand vient le maître de la maison, le soir ou à minuit, au chant du coq ou le matin ; s'il arrive à l'improviste, il ne faudrait pas qu'il vous trouve endormis. Ce que je vous dis là, je le dis à tous : Veillez ! »

I. Veiller pour accueillir la présence de Dieu

Le temps de l'Avent commence par un appel qui traverse toute l'Écriture : « *Veillez !* » (Mt 24, 42 ; Mc 13, 33-37 ; Lc 12, 35-40). Il est une invitation à ouvrir les yeux et à tenir son cœur en éveil. Dans notre langage courant, veiller signifie rester éveillé pendant que les autres dorment. Dans le langage biblique, la vigilance est beaucoup plus profonde.

Elle désigne l'attitude intérieure de celui qui demeure attentif à la Parole de Dieu, disponible à son action et prêt à répondre lorsqu'il se manifeste. « *Sur tes remparts, Jérusalem, j'ai posté des veilleurs* » (Is 62, 6 ; cf. Is 21, 6-8 ; Ha 2, 1), le chrétien est appelé à garder son cœur tourné vers Dieu et à discerner le moment

de sa venue. Cette vigilance n'est ni inquiétude ni tension ; elle est une attention aimante, **une disponibilité intérieure**. Le veilleur ne cherche pas à provoquer la venue de Dieu, il se tient prêt à l'accueillir. Le frère Laurent exprime cette disposition avec une remarquable simplicité :

« *il faut dans le commencement un peu d'application pour se former l'habitude de converser continuellement avec Dieu et lui rapporter tout ce que l'on fait ; mais après un peu de soin, on se sent réveiller par son amour sans aucune peine* » (EN 13, p. 186).

Veiller, c'est ainsi laisser l'amour de Dieu éveiller progressivement en nous une attention nouvelle, jusqu'à ce que notre cœur apprenne à demeurer disponible à sa Parole et à son dessein.

L'Avent nous apprend donc moins à rechercher des signes extraordinaires qu'à demeurer dans l'attente confiante de Celui qui vient, en laissant sa Parole orienter notre regard, purifier nos désirs et disposer notre cœur à l'accueillir.

Car le Christ Jésus est déjà là : le Ressuscité est le Vivant, Celui qui était, qui est et qui vient (Ap 1, 8). En lui, nous découvrons que « *Jésus Christ, hier et aujourd'hui, est le même ; il l'est pour l'éternité* » (He 13, 8). **Celui que nous attendons est déjà au milieu de nous, et Celui qui vient demeure avec nous.**

La vigilance chrétienne consiste ainsi à vivre tourné vers cette venue, dans la foi, l'espérance et la disponibilité, afin que, lorsque le Christ frappe à la porte, nous soyons prêts à lui ouvrir : « *Voici que je me tiens à la porte et je frappe* » (Ap 3, 20).

L'Avent est précisément ce temps où l'Église nous réapprend à voir et à attendre. Depuis des siècles, les prophètes, Jean le Baptiste, la Vierge Marie et toute la tradition chrétienne nous redisent que Dieu vient. Pourtant, le paradoxe est immense : Celui que nous attendons est déjà présent ;

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

Celui qui vient est déjà avec nous. L'Avent, loin de nous faire attendre un Dieu absent, nous apprend à accueillir plus pleinement Celui qui, dans le Christ, ne cesse de venir à notre rencontre. **C'est pourquoi l'attente chrétienne n'est jamais passive : elle est une disposition du cœur, un éveil de la foi et une ouverture à la venue du Dieu vivant.**

C'est ici que l'enseignement du frère Laurent de la Résurrection éclaire admirablement la liturgie de l'Avent. Pour lui, la grande difficulté de la vie spirituelle n'est pas d'attirer Dieu à nous. Dieu est déjà là. La véritable difficulté consiste à prendre conscience de cette présence et à y demeurer. Il disait : « *il faut s'établir dans la présence de Dieu en s'entretenant continuellement avec lui, que c'est une chose honteuse de quitter sa conversation pour penser à des badineries. Il faut vivifier notre foi […]. Cette voie de foi est l'esprit de l'Eglise et elle suffit pour arriver à une haute perfection* » (EN 4, p. 182). Cette phrase « ***Il faut vivifier notre foi*** » pourrait résumer toute la première semaine de notre retraite.

Le frère Laurent nous ramène à la simplicité et à la beauté de l'espérance et de la foi : « *La pratique de la présence de Dieu nous fortifie dans l'espérance. Notre espérance croît à proportion de nos connaissances ; à mesure que notre foi pénètre par ce saint exercice dans les secrets de la divinité, à mesure qu'elle découvre en Dieu une beauté qui surpasse infiniment, non seulement celles des corps que nous voyons sur la terre, mais celle des âmes les plus parfaites et celle des anges, notre espérance croît et se fortifie, et la grandeur de ce bien dont elle prétend jouir et qu'elle goûte en quelque manière la rassure et la soutient.* » (MS 34, p. 119-120).

Avant de transformer nos actions, il nous faut reconnaître Celui qui est déjà présent au cœur de chacune d'elles : « ***Pour parvenir à s'abandonner à Dieu autant qu'il le désire en nous, il faut veiller attentive-***

ment sur tous les mouvements de l'âme, qui se mêlent aussi bien dans les choses spirituelles que dans les plus grossières. *Dieu donne lumière pour cela à ceux qui ont le véritable désir d'être à lui .*» (EN 7, p. 183). Il dira dans sa correspondance « *je ne connais pas de moyen plus propre, ni plus facile que celui-là ! Et comme je n'en pratique pas d'autre, je le conseille à tout le monde.* » (L 8, p. 153). « *Si j'étais prédicateur, je ne prêcherais autre chose que la pratique de la présence de Dieu ; et si j'étais directeur, je la conseillerai à tout le monde, tant je la crois nécessaire et même facile* » (L 3, p. 140).

Selon lui, « *cette vue amoureuse de Dieu présent partout [...] est la plus solide, la plus facile et la plus efficace manière d'oraison* » (MS 31, p. 117). Et, doucement mais sûrement, nous explorerons ce monde secret, ce royaume de Dieu et nous nous en émerveillerons dans l'action de grâce.

Nous passons souvent notre vie à chercher Dieu ailleurs. Mais l'Emmanuel est avec nous ! Nous imaginons qu'il nous attend dans des expériences extraordinaires, dans des émotions spirituelles intenses ou dans des circonstances exceptionnelles.

Nous rêvons d'un silence parfait, d'une retraite idéale, d'un monastère isolé, d'une disponibilité que nous n'aurons peut-être jamais.

Le frère Laurent, lui, découvrit Dieu dans une cuisine, qui était sa plus grande aversion naturelle. Le bruit des casseroles, les demandes incessantes des frères, la fatigue des journées, les maladresses de son propre caractère : tout semblait éloigner de la contemplation. Pourtant, c'est précisément là que Dieu l'attendait. Il pourrait nous dire personnellement :

« *Le temps du travail ne diffère pas pour moi du temps de l'oraison ; et dans le bruit et le fracas de ma cuisine, tandis que plusieurs personnes demandent en*

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

même temps des choses différentes, je possède Dieu dans une aussi grande tranquillité que si j'étais à genoux devant le Saint-Sacrement. » (Cf. M 9, p. 222), ou encore « *Il ne faut point se lasser de faire de petites choses pour l'amour de Dieu, qui regarde non la grandeur de l'œuvre mais l'amour. Il ne faut pas s'étonner d'y manquer souvent dans le commencement : à la fin l'habitude vient, qui nous fait produire nos actes sans y penser et avec un plaisir admirable.* » (EN 49, p. 198)

Cette confidence bouleverse notre manière de comprendre l'oraison, dont elle révèle le véritable fruit, **apprendre à demeurer avec Dieu partout, sans rien retrancher à l'importance de la prière silencieuse ou de l'Eucharistie**.

Le Carmel a toujours enseigné que l'oraison silencieuse transforme progressivement toute la personne. Sainte Thérèse de Jésus compare l'âme à un château intérieur dont le centre est habité par Dieu. Saint Jean de la Croix montre comment toutes les puissances de l'âme sont purifiées afin de vivre dans l'union d'amour.

Le frère Laurent, quant à lui, nous montre ce que devient cette union dans le quotidien : une conversation simple, paisible et presque continuelle avec le Seigneur. Ainsi, la vigilance demandée par Jésus prend une signification nouvelle.

Veiller, ce n'est pas vivre dans l'inquiétude ; c'est demeurer dans la présence. L'Écriture nous en offre une image particulièrement belle avec le prophète Élie.

Après les manifestations grandioses du vent, du tremblement de terre et du feu, Dieu se révèle dans « *le murmure d'une brise légère* » (1 R 19, 12). Celui qui n'est pas attentif passe à côté de cette visitation. **Dieu ne s'impose pas : il se laisse découvrir.**

Notre monde est saturé de bruit. Nous sommes constamment sollicités par les informations, les écrans, les préoccupations

et les urgences. Cette agitation extérieure finit souvent par envahir notre cœur. Nous courons d'une tâche à l'autre sans véritablement habiter ce que nous faisons. Nous sommes présents physiquement ici, tandis que notre esprit est déjà ailleurs.

Or Dieu ne nous rejoint jamais ailleurs que dans l'instant présent. Le passé appartient à sa miséricorde. L'avenir appartient à sa Providence. Le présent est le lieu de sa rencontre. Le frère Laurent avait compris cette vérité avec une étonnante simplicité. Chaque fois qu'il s'apercevait que son esprit s'était dispersé, il revenait doucement vers Dieu, sans agitation, sans se décourager, sans se condamner lui-même. Quel apprentissage de liberté ! Combien de temps perdons-nous à nous attrister de nos distractions ! Lui ne s'y arrête pas. Il revient. Toujours. Cette fidélité des recommencements est déjà une manière de veiller.

L'Avent nous apprend précisément cet art des recommencements. Chaque matin est une nouvelle attente. Chaque journée devient une nouvelle visitation. Chaque instant peut devenir un commencement.

L'Évangile selon saint Mathieu nous rappelle que le Seigneur vient « *à l'heure où vous n'y penserez pas* » (Mt 24, 44). Cette parole ne veut pas nous effrayer ; elle veut nous rendre disponibles. Dieu ne choisit pas toujours les moments que nous avions prévus. Il nous rejoint dans un visage rencontré, dans une fatigue offerte, dans une parole de réconciliation, dans un service discret, parfois même dans une épreuve qui ouvre notre cœur à une confiance plus profonde. Veiller consiste donc à accueillir ces visites ordinaires de Dieu.

Cette présence n'est pas d'abord sensible. Le frère Laurent insiste beaucoup sur ce point. Il ne cherche ni consolations extraordinaires ni phénomènes mystiques. Sa foi repose sur une certitude théologale : le Dieu vivant est présent, parce que Celui qui a promis est fidèle.

Sa présence ne dépend donc ni de ce que nous éprouvons ni de ce que nous percevons, mais de la fidélité même de Dieu à sa Parole (He 10, 23). Ainsi, lorsque nous ne ressentons rien, Dieu demeure présent. Lorsque notre prière paraît sèche, Dieu demeure présent. Lorsque le travail absorbe toutes nos forces, Dieu demeure présent. Lorsque nous ne savons plus comment prier, Dieu demeure présent. Cette foi simple est peut-être l'un des plus grands enseignements du frère Laurent. Elle nous libère de la recherche incessante de sentiments religieux pour nous établir dans une relation fondée sur la fidélité de Dieu.

II. Pour prolonger la Parole dans la vie

Le premier pas de cette retraite sera donc très simple. Il ne s'agit pas d'ajouter de longues pratiques spirituelles à nos journées déjà bien remplies. Il s'agit seulement de nous arrêter quelques instants, plusieurs fois par jour, pour prendre conscience que Dieu est là. Peut-être suffira-t-il de murmurer intérieurement, comme nous y invite le frère Laurent : « *Il ne sera pas hors de propos, pour ceux qui commence cette pratique, de former intérieurement quelque peu de paroles, comme « Mon Dieu, je suis tout à vous » ; « Dieu d'amour, je vous aime de tout mon cœur » ; « Seigneur, faites-moi selon votre cœur », ou quelques autres paroles que l'amour produit sur-le-champ* » (MS 30, p. 117).

Ce retour humble et répété constitue déjà un véritable exercice spirituel. Le frère Laurent insistait sur la nécessité de recommencer sans cesse : la présence de Dieu devient progressivement une habitude intérieure lorsque nous nous exerçons à revenir vers lui avec simplicité et confiance.

La fidélité à ces petits actes compte davantage que leur durée ou leur intensité. Quelques secondes suffisent, mais répétées fidèlement, ces haltes intérieures transfor-

ment peu à peu le regard. Elles creusent en nous une disponibilité nouvelle. Elles font de notre journée une attente paisible où chaque événement devient l'occasion d'une rencontre.

Le frère Laurent ne promet pas une vie sans difficultés. Il promet quelque chose de plus précieux : une présence qui ne nous abandonne jamais. L'Avent nous invite à entrer dans cette certitude. Nous n'attendons pas un Dieu lointain. Nous accueillons un Dieu proche. Nous ne préparons pas seulement la fête de Noël ; nous apprenons à reconnaître l'Emmanuel déjà présent dans le secret de notre vie.

III. Une proposition de *lectio divina*

Reprenons maintenant lentement l'Évangile de cette première semaine : « *Prenez garde, restez éveillés : car vous ne savez pas quand ce sera le moment. […] Veillez donc, car vous ne savez pas quand vient le maître de la maison. […] Ce que je vous dis là, je le dis à tous : Veillez !* » (Mc 13, 33.35.37).

Lire. Relisez très lentement le texte. Quel mot, quelle expression ou quelle parole de Jésus retient particulièrement votre attention ? Ne cherchez pas immédiatement à expliquer le texte. Recevez-le d'abord comme une parole qui vous est adressée aujourd'hui.

Méditer. Que signifie pour moi aujourd'hui : « *Veillez* » ? Suis-je réellement attentif à la présence du Seigneur Jésus dans ma journée ? Où mon cœur est-il actuellement dispersé ? Qu'est-ce qui m'empêche de reconnaître les passages discrets de Dieu dans ma vie ?

Prier. Présentez simplement au Seigneur ce que vous avez découvert. Vous pouvez lui dire : « *Seigneur Jésus, apprends-moi à veiller. Ouvre les yeux de mon cœur afin que je reconnaisse ta présence dans ce que je vis aujourd'hui.* »

Demeurer. Après avoir parlé au Seigneur Jésus, restez quelques instants en silence. Il ne s'agit plus de chercher quelque chose à penser ou à ressentir, mais simplement de demeurer devant Celui qui est là. Comme le frère Laurent, apprenez peu à peu à « *vous entretenir continuellement avec Dieu* ».

IV. Trois exercices pour vivre la présence de Dieu

1. Les trois haltes de la présence

Choisissez chaque jour trois moments ordinaires, au réveil, au milieu de la journée et avant de vous coucher, par exemple. Arrêtez-vous quelques secondes et prenez simplement conscience de la présence du Seigneur ressuscité. Respirez paisiblement et dites intérieurement : « *Seigneur Jésus, tu es ici. Je suis en ta présence. Apprends-moi à demeurer avec toi* » Ne cherchez aucune consolation particulière. Il s'agit seulement de poser un acte de foi. Dieu est présent non parce que nous le ressentons, mais parce qu'il est fidèle.

2. Transformer un moment ordinaire en rencontre

Choisissez une activité que vous accomplissez chaque jour : préparer un repas, conduire, marcher, travailler, faire une tâche ménagère, répondre à des courriels, rencontrer quelqu'un. Avant de commencer, prenez quelques secondes pour vous tourner vers le Seigneur : « *Je vais vivre ce moment avec toi.* » Puis accomplissez cette tâche en essayant de rester intérieurement avec lui. Si vous vous apercevez que vous l'avez oublié, ne vous découragez pas : revenez simplement à sa présence. Ainsi, une occupation qui semblait purement ordinaire peut progressivement devenir un lieu de rencontre avec le Christ.

3. Le retour sans découragement

À la fin de la journée, repensez brièvement à celle-ci. Ne cherchez pas d'abord

vos réussites ou vos échecs. Demandez-vous plutôt : À quels moments ai-je pris conscience de la présence de Dieu ? À quels moments l'ai-je oublié ? Ai-je su revenir simplement vers lui lorsque je me suis aperçu de ma distraction ? Quel événement ordinaire puis-je maintenant relire comme une possible visitation du Dieu de la vie ?

Terminez par un simple acte d'action de grâce : « *Merci, Seigneur Jésus, d'avoir été avec moi aujourd'hui, même lorsque je ne pensais pas à toi.* » Cette relecture nous apprend peu à peu à discerner ce que le frère Laurent avait découvert : Dieu ne cesse pas d'être présent parce que nous cessons de penser à lui. C'est notre attention qui doit être sans cesse réveillée.

V. Pour entrer dans la prière

Prenons maintenant quelques instants de silence. Ne cherchons rien d'extraordinaire. Ne cherchons pas à produire un sentiment religieux. Faisons simplement mémoire de cette parole : « *Veillez !* » Puis laissons-la descendre en nous.

Le Seigneur est là. Il était là au commencement de cette journée. Il était là dans nos rencontres, dans notre travail, dans nos joies, dans nos fatigues et peut-être même dans nos contrariétés. Il est là maintenant. Et il sera encore là lorsque nous nous endormirons. Nous pouvons alors reprendre doucement cette parole du frère Laurent : « *Il faut s'établir dans la présence de Dieu en s'entretenant continuellement avec lui.* »

Demandons la grâce non de penser constamment à Dieu par nos propres forces, mais de revenir humblement à lui chaque fois que nous découvrons que nous nous en sommes éloignés.

C'est peut-être là le véritable apprentissage de cette première semaine : veiller, ce n'est pas ne jamais se distraire ; c'est ne jamais cesser de revenir.

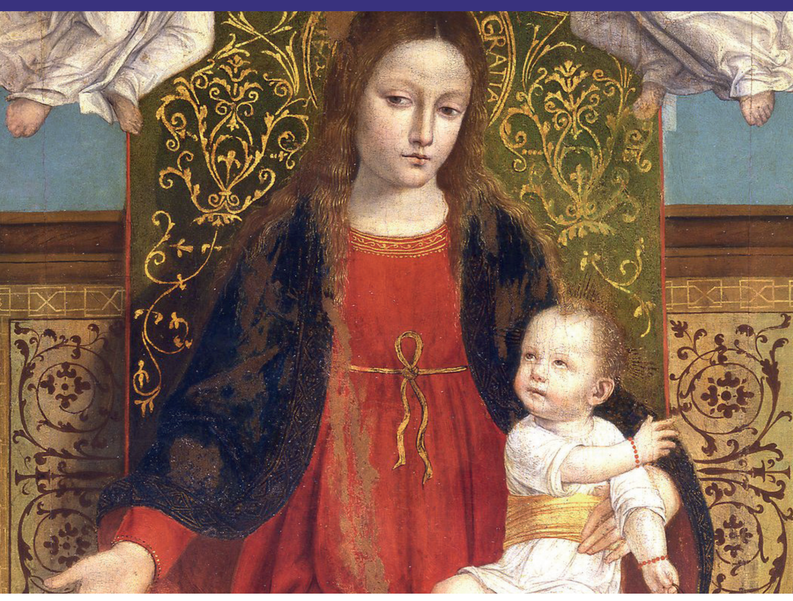
Prière

Seigneur Jésus,
Tu viens sans cesse visiter ton peuple, et pourtant nous passons souvent à côté de toi. Tu nous dis aujourd'hui : « *Veillez !* » Apprends-nous la vigilance du cœur, celle qui reconnaît ta présence dans la simplicité des jours ordinaires. Donne-nous la foi humble du frère Laurent, qui savait te trouver au milieu du travail, des fatigues et des tâches les plus simples. Que ton Esprit nous rende attentifs aux signes discrets de ton amour. Fais de cette semaine un véritable apprentissage de ta présence, afin que nous découvrions avec émerveillement, au-delà de notre seule attente, que tu nous attends déjà. Toi qui es l'Emmanuel, Dieu avec nous, demeure avec nous aujourd'hui, demain et pour les siècles des siècles. Amen.



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

Prier chaque jour de la semaine - Semaine 1



« Madone et Enfant » Ambrogio da Fossano

Lundi 30 novembre : Une foi vive comme Marie

« Jésus fut dans l'admiration et dit à ceux qui le suivaient : "Amen, je vous le déclare, chez personne en Israël, je n'ai trouvé une telle foi." » (Mt 8,10)

« Lorsque Dieu trouve une âme pénétrée d'une foi vive, il lui verse des grâces en abondance » (Frère Laurent de la Résurrection, Lettre 1)

En ce premier jour de l'Avent, Seigneur, je te demande une foi vive, comme la Vierge Marie.



Mardi 1er décembre : Nos pauvretés offertes

« Il délivrera le pauvre qui appelle et le malheureux sans recours. Il aura souci du faible et du pauvre, du pauvre dont il sauve la vie. » (Ps 71, 12-13)

« Je me vois toujours plus faible et plus misérable, cependant plus caressé de Dieu. » (Frère Laurent de la Résurrection, Lettre 2)

Face à mes pauvretés, vais-je me replier sur moi-même ou m'ouvrir à la miséricorde du Seigneur ?



Mercredi 2 décembre : Merci

« Le Seigneur est mon berger : je ne manque de rien. » (Ps 22,1)

« Nous avons un Dieu infiniment bon et qui sait ce qu'il nous faut. » (Frère Laurent de la Résurrection, Lettre 6)

Aujourd'hui, je peux prendre le temps de rendre grâce, de dire merci au Seigneur.



« Icône de Jésus » Église melkite Saint-Nicolas, Marseille

Jeudi 3 décembre : Un amour filial

« Ce n'est pas en me disant : "Seigneur, Seigneur !" qu'on entrera dans le royaume des Cieux, mais c'est en faisant la volonté de mon Père qui est aux cieux. » (Mt 7,21)

« Suppliez Dieu humblement et affectueusement (comme un enfant à son père) de vous rendre conforme à Sa Sainte volonté. » (Frère Laurent de la Résurrection, Lettre 13)

Avant de faire quelque chose, je prends le temps de me demander si c'est la volonté du Père.



Vendredi 4 décembre : Le contempler dans les petites choses

« Les humbles se réjouiront de plus en plus dans le Seigneur. » (Is 29,19)

« Mon occupation la plus ordinaire, c'est de demeurer en la présence de Dieu avec toute l'humilité d'un serviteur inutile, mais pourtant fidèle. » (Frère Laurent de la Résurrection)

Est-ce que j'ai conscience que je suis appelé à devenir saint ? et que je peux l'être dans l'ordinaire de ma vie ?



Samedi 5 décembre : Recevoir en notre cœur

« Il est bon de fêter notre Dieu, il est beau de chanter sa louange ! » (Ps 146,1)

« Dieu sait mieux que nous ce qui nous est bon, et tout ce qu'Il fait est pour notre bien. » (Frère Laurent de la Résurrection, Lettre 16)

Accueillir les imprévus de cette journée - positifs comme négatifs - avec joie, comme venant de la main de Dieu.