

# Les Pères du désert et la garde des pensées

Un frère interrogea un ancien: « *Pourquoi les pensées m'accablent-elles? Souvent je leur fais des reproches; elles ne s'éloignent pas, mais restent sur leurs positions.* » L'ancien répondit: « *Si tu ne leur dis pas énergiquement: « Allez-vous-en loin de moi », elles ne s'en iront pas, car tant qu'elles ont la paix, elles ne s'en vont pas*<sup>1</sup>. »

Cet apophtegme évoque une situation d'actualité pour beaucoup de ceux qui s'exercent à la prière: l'assaut des « pensées » qui viennent nous « accabler » avec insistance tandis que nous essayons de faire silence au-dedans de nous pour rejoindre celui dont nous savons qu'il est présent à l'intime de notre cœur et qu'il nous aime. Malgré le fossé considérable qui nous sépare des Pères du désert à la fois dans l'espace et dans le temps, nous constatons que les fondamentaux de la vie spirituelle restent les mêmes pour nous qu'au temps d'Antoine et de Macaire le Grand. Comme de plus ces grands abbas du désert nous ont laissé à travers leurs apophtegmes, leurs récits et parfois leurs traités une véritable somme sur l'expérience de la vie avec le Christ, ils sont à même de nous guider dans notre propre quête de Dieu.

Pour ce qui est de la difficulté que représentent en particulier les pensées, ils ont laissé un enseignement abondant qui aborde deux domaines distincts. D'une part en effet, l'on trouve toute une doctrine concernant la recherche de la solitude et l'éloignement des hommes dans le but explicite de fuir les occasions de se disperser et ainsi arrêter de nourrir les pensées importunes. Ce premier point permet d'expliquer la réponse de l'ancien que nous avons cité en commençant: il ne s'agit pas seulement pour le frère de repousser les pensées lorsqu'elles se présentent durant la prière, mais aussi de rejeter tout ce qui pourrait entretenir ces pensées au cours de la journée. D'autre part, cependant, nous trouvons un enseignement non moins circonstancié sur le discernement des pensées particulières, et tout spécialement de ce qu'Évagre le Pontique a appelé les huit pensées suggérées par les passions de l'âme et les démons qui s'attaquent à elle.

## Pourquoi nous fuis-tu ?

Abba Arsène avait pour habitude d'observer une solitude rigoureuse, même à l'aune des Pères du désert, au point que lors de la synaxe hebdomadaire, il se cachait derrière un pilier<sup>2</sup>. Il s'en explique à un confrère<sup>3</sup>:

*Abba Marc dit à Abba Arsène: « Pourquoi nous fuis-tu ? » Le vieillard répondit: « Dieu sait que je vous aime; mais je ne puis être avec Dieu et avec les hommes. Les Chiliades et les Myriades de là-haut ont une seule volonté; mais les hommes ont des volontés multiples. Je ne puis donc quitter Dieu et aller avec les hommes. »*

Cette réponse est extrêmement éclairante. Ce n'est pas la charité fraternelle qui est en cause, Arsène n'est nullement aigri contre les hommes et sa première réponse est une protestation d'amour envers les autres. Ce qui est en cause, c'est la simplicité de l'Abba. Sous ce vocable banal de simplicité se cache une notion fondamentale de la vie spirituelle. La simplicité ne s'oppose pas ici à la complication, comme lorsque l'on dit d'un problème qu'il est simple ou compliqué. Ce n'est pas non plus une manière de parler de la sobriété, comme lorsque l'on parle de la simplicité de l'art cistercien par opposition aux surcharges de l'art baroque - ou du roman tardif; cependant, cette signification nous rapproche de ce qu'est la simplicité dans la vie spirituelle.

Dans la vie spirituelle en effet, la simplicité est la qualité de celui qui se dirige tout entier vers Dieu, seul aimé, et qui donc ne dirige que vers lui sa sensibilité, son intelligence, ses préoccupations, ses pensées, ses actions, sa volonté et toute son âme. En ce sens, la simplicité s'oppose à la multiplicité ou au moins à la duplicité, ce que les anciens appellent *dipsychia*, l'âme double, celle qui s'attache à Dieu, certes, mais aussi à bien d'autres objets, goût du monde ou attachement à des personnes. C'est exactement ce que le prophète Élie reprochait aux fils d'Israël qui ne se détournèrent pas à proprement parler de Dieu, mais ajoutaient à son culte celui de *Ba'al*, divinité plus proche, dont le culte offre des résultats plus immédiats puisqu'elle est sensée donner la fécondité à la terre<sup>4</sup>. Alors le prophète gronde: « *Jusques à quand clocherez-vous des deux jarrets (1 R 18,21) ?* », c'est-à-dire fléchirez-vous le genou et devant le Seigneur, et devant *Ba'al*, ce qui vous oblige à des contorsions grotesques à la fois physiquement et spirituellement? On comprend avec cela pourquoi les moines d'Égypte avaient tant de dévotion à Élie, bien avant la naissance de l'Ordre du Carmel. Non seulement à travers cette anecdote, mais par toute son existence, Élie se montre un homme parfaitement simple, totalement attaché à Dieu pour lequel il accepte la continence, l'exil, les menaces de mort, sans jamais se départir de sa foi. C'est donc la nécessité de se détacher effectivement et affectivement de toute chose et des personnes chères qui conduit à fuir les hommes.

Si nous reprenons maintenant la réponse d'Arsène, celle-ci nous apparaît parfaitement claire. Les « Chiliades et les Myriades » sont les anges, dont la volonté est d'emblée tout orientée vers Dieu et qui ne risquent pas de se disperser lorsqu'ils

accomplissent quelque mission. Nous autres hommes avons une volonté multiple depuis le péché originel : nous ne parvenons pas à l'appliquer tout entière à un seul objet, aussi est-il nécessaire de la sevrer de tout attachement pour qu'elle puisse se dresser d'un seul élan vers Dieu. Comme le dit Ammonas, disciple du grand Antoine lui-même, « depuis la prévarication, l'âme ne peut connaître Dieu comme il faut si elle ne se retire pas des hommes et de toute distraction <sup>5</sup>. » Pour rompre les attaches humaines, les amitiés et les relations qui entrent en concurrence avec Dieu, il faut entrer dans une solitude physique et effective.

Ce n'est pas que ces choses soient mauvaises, tout au contraire. C'est le péché originel qui a perturbé les relations humaines en les rendant conflictuelles, alors que naturellement, ces relations sont bonnes. Seulement, lorsque le ver est dans le fruit, il faut jeter le tout. Les relations humaines sont désormais irrémédiablement (eu égard aux forces humaines) entachées par l'égoïsme qui fait considérer l'autre comme une proie ou une victime à exploiter, d'une manière ou d'une autre. La solitude oblige à rompre ces affections en fait dérégulées. Il ne faut donc pas croire que cette entrée dans la solitude effective soit facultative, et que l'on pourra à bon compte répondre de tout son cœur à l'amour de Dieu sans en passer par elle. Pour reprendre les termes d'Évagre le Pontique : « il n'est pas possible d'arriver à vivre en moine et de continuer en même temps à visiter les villes, où l'âme se remplit de beaucoup d'images variées qu'elle reçoit du dehors<sup>6</sup>. » De même Ammonas cité plus haut <sup>7</sup> :

*La plupart des moines n'ont pu arriver à cela, parce qu'ils sont restés avec les hommes, et que par suite de cela ils n'ont pas eu la force de vaincre toutes leurs volontés ; c'est qu'ils n'ont pas voulu se dompter eux-mêmes de manière à fuir la distraction [du commerce] avec les hommes, mais ils sont demeurés, tiraillés, les uns avec les autres, et à cause de cela ils n'ont pas connu la suavité de Dieu ; ils n'ont pas été jugés dignes que sa puissance habitât en eux et leur accordât la qualité divine.*

Ce qui manque ici, c'est le propos de simplicité, la volonté de ne suivre que Dieu seul, à laquelle Dieu répond en attirant la personne dans la solitude. Sans la simplicité, aucune volonté propre ne peut être vaincue, on ne peut entrer dans la vie mystique. Comment pourra-t-on jamais croire du reste que l'on s'est affranchi des attachements si on ne s'essaie pas à les rompre ?

## Le discernement des pensées

Les anciens Pères accordaient beaucoup de valeur au bon jugement (*diacrisis*), c'est-à-dire à la capacité de juger les « esprits », ou encore les pensées qui nous traversent, pour distinguer celles qui viennent de Dieu des autres. Le jugement ne consiste pas seulement à discerner le bien et le mal quand ils sont évidents, soit en général, soit dans une circonstance particulière, mais à discerner précisément les pensées qui sous l'apparence du bien sont en réalité mauvaises. Tel est l'enseignement de saint Sabas <sup>8</sup> :

*Le moine reclus en cellule doit être doué de discernement, zélé, bon lutteur, vigilant, tempérant, modeste, apte à enseigner sans avoir besoin lui-même d'enseignement, capable de mettre un frein à tous les membres de son corps et à veiller strictement sur ses pensées. Un tel moine, je vois que l'Écriture l'appelle « homme au cœur simple » quand elle dit : « le Seigneur loge l'homme au cœur simple en sa maison [Ps 67,7] ».*

Même attitude chez saint Antoine le Grand <sup>9</sup> : *Certains ont broyé leur corps dans l'ascèse, mais, n'ayant pas de discernement, ils se sont trouvés loin de Dieu.*

Le remède, on le voit, est dans l'humilité et l'obéissance ; il faut de l'humilité pour croire que la sagesse des anciens Pères vaut mieux que mon jugement pas encore bien formé, et de l'obéissance pour se conformer à cette tradition. Cependant, la remarque de saint Sabas nous rappelle que le discernement n'est pas éloigné de la simplicité de cœur qui est à l'origine de la solitude. Cela n'a rien d'étonnant. Si le cœur est complètement orienté vers Dieu seul, il parvient à juger spontanément les pensées qui lui viennent, ce qui fait dire à Ammonas, dans une sentence ramassée : « Sans la solitude, impossible d'arriver à la *diacrisis* <sup>10</sup> ! ». Toutefois, qui peut dire qu'il a réalisé en lui la simplicité parfaite ?

Il est donc nécessaire de combattre les passions de l'âme. Cela passe par une lutte constante contre les pensées, qui sont le moyen par lequel les passions s'expriment. Or, ces pensées sont souvent suggérées par les démons, qui tiennent une grande place chez les Pères du désert. Ceux-ci ne font pas de différence, en pratique, entre une pensée et le démon qui la suggère. Le principal auteur qui va nous guider au long de ce chemin de lutte contre les pensées est Évagre le Pontique. C'est lui qui est à l'origine de la distinction de huit pensées qui troublent le moine, et qui devaient aboutir à nos sept péchés capitaux. Les huit pensées d'Évagre sont les suivantes : gourmandise, avarice, vaine gloire, fornication, colère, tristesse, acédie et orgueil, dans cet ordre <sup>11</sup>.

Toujours, Évagre s'intéresse au cas du moine tenté par les démons correspondant à chacune de ces pensées, de sorte qu'il ne traite d'aucune d'elles en général, mais toujours dans leur rapport avec la vie du moine. Par exemple, la gourmandise n'est pas traitée pour elle-même, comme vice de celui qui mange non par nécessité, mais pour le plaisir que procure la nourriture; c'est plutôt, pour lui, la tentation de relâcher son ascèse alimentaire, parfois par crainte de la maladie. Rappelons que les Pères du désert ne prenaient, au plus, qu'un repas par jour, en général à la neuvième heure (soit vers 15 heures).

Évagre distingue la pensée de vaine gloire de celle d'orgueil, qui n'apparaît qu'à la fin, parce qu'elle est la plus grave, la plus pernicieuse des pensées. La vaine gloire est moins grave; mais quelle est la différence entre les deux? C'est que la vaine gloire recherche la considération des autres, de l'entourage, tandis que l'orgueil est la satisfaction de soi-même. Pour ce qui est de l'opposé de la vaine gloire, l'humilité, Abba Macaire a laissé bon nombre d'apophtegmes. Citons-en un:

*On disait de l'abbé Macaire le Grand que, si un frère venait à lui avec révérence comme à un saint et grand vieillard, il ne lui disait rien. Mais si l'un des frères lui disait comme par mépris: « Abbé, quand tu étais chamelier et que tu volais du nitre pour le revendre, est-ce que les gardiens ne te rossaient pas? » Si quelqu'un lui disait cela, il lui parlait avec joie de tout ce qu'il lui demandait <sup>12</sup>.*

Les Pères du désert fuient absolument toute occasion de pouvoir se vanter en quelque chose que ce soit. On peut citer ici l'exemple d'Abba Pœmen:

*Un frère demeurait hors de son village; pendant de longues années il n'y était pas monté et il disait aux frères: « Voilà tant d'années que je ne suis pas monté au village; mais vous, vous y montez sans cesse! » Les frères en parlèrent à l'abbé Pœmen, et le vieillard dit: « Moi, j'y serais monté la nuit et j'aurais fait le tour du village, afin que ma pensée ne se vante pas de n'y point monter <sup>13</sup>. »*

L'orgueil est bien plus grave. Cela consiste finalement à mettre Dieu à la porte en prétendant que l'on n'a pas besoin de lui <sup>14</sup>; ce qu'en Occident l'on connaît sous le nom de pélagianisme. Pour Évagre, les conséquences sont redoutables; ce sont la folie et l'hérésie, qui sépare du Christ.

Passons sur la pensée de fornication; les Pères du désert étaient des hommes, comme tout le monde. La colère fait l'objet de développements plus longs dans le Traité pratique; on y trouve notamment que cette « passion » est naturellement donnée pour lutter contre l'adversité. Par conséquent, il est bon d'y faire appel contre nos ennemis qui sont les démons. En revanche, les Pères du désert se montrent souvent d'une patience admirable lorsqu'ils sont l'objet d'injures ou de mauvais procédés, comme ce moine anonyme qui chaque jour pendant trois ans se fit voler le produit de son travail par un frère et ne voulut pas fermer la porte de sa maison, « de peur que le frère n'ait beaucoup de mal à se donner pour ouvrir la porte »; lorsque le voleur fut sur le point de mourir, il demanda pardon à sa victime, qui lui baisa les mains et les pieds en disant: « Que le Seigneur bénisse ces mains et ces pieds, parce qu'ils m'ont appris à devenir moine <sup>15</sup>. »

La tristesse et l'acédie sont deux pensées assez proches l'une de l'autre. La première pourrait être dénommée découragement; c'est le moine qui dit: « Je n'y arriverai jamais, je retombe toujours dans les mêmes fautes sans parvenir à me corriger, etc. », avec pour conséquence le renoncement à l'objectif de perfection que l'on s'était assigné au départ. La pensée d'acédie, qui est la plus pesante de toutes <sup>16</sup>, est la tentation jusqu'à l'obsession de quitter la cellule, de percevoir quelque chose, tandis que la vie en cellule a précisément pour but de préserver le moine de tout contact avec le monde extérieur, même au simple niveau des sens extérieurs. Voyons la description qu'en donne Évagre:

*Le démon de l'acédie [...] fait que le soleil paraît lent à se mouvoir, ou immobile, et que le jour semble avoir cinquante heures. Ensuite, il force [le moine] à avoir les yeux continuellement fixés sur les fenêtres, à bondir hors de sa cellule, à observer le soleil pour voir s'il est loin de la neuvième heure, et à regarder de-ci, de-là, si quelqu'un des frères ... En outre, il lui inspire de l'aversion pour le lieu où il est, pour son état de vie même, pour le travail manuel, et, de plus, que la charité a disparu chez les frères, qu'il n'y a personne pour le consoler. [...] Il l'amène alors à désirer d'autres lieux, où il pourra trouver facilement ce dont il a besoin, et exercer un métier moins pénible et qui rapporte davantage; il ajoute que plaire au Seigneur n'est pas une affaire de lieu: partout en effet, est-il dit, la divinité peut être adorée [cf. Jn 4,21-24]. [...] Comme on dit, il dresse toutes ses batteries pour que le moine abandonne sa cellule et fuie le stade. Ce démon n'est suivi d'aucun autre: un état paisible et une joie ineffable lui succèdent dans l'âme après la lutte <sup>17</sup>.*

Les apophtegmes montrent comment les moines réagissaient à cette tentation de l'acédie: *Quelqu'un dit à l'abbé Arsène: « Mes pensées me tourmentent en me disant: « Tu ne peux ni jeûner, ni travailler, visite du moins les malades, car cela aussi est charité. » » Mais le vieillard, voyant les suggestions des démons, lui dit: « Va, mange, bois, dors et ne travaille pas mais ne quitte pas la cellule. » Il savait en effet que la persévérance dans la cellule conduit le moine à la perfection de son état <sup>18</sup>.*

On peut donc résumer ainsi l'enseignement des Pères du désert au sujet des pensées. Qui veut persévérer dans la prière ne peut se contenter de recettes valables pour les moments qu'on y consacre, sans chercher à adopter un style de vie qui soit en conformité avec le but recherché. Ce style de vie comporte nécessairement un certain retrait du monde qui aura pour effet de faire taire les pensées importunes, mais aussi une vigilance de tous les instants à l'encontre de ces pensées elles-mêmes qui sous couvert de bien sont en réalité de vraies tentations.

*Frère Jean-Fabrice du Christ Roi, o.c.d.*

*Le Broussey*

*Revue Carmel n° 137 (La vie spirituelle à l'heure du portable), sept. 2010, pp. 59-69.*

*Un frère dit à un ancien : « Je ne vois pas de combat dans mon cœur. » L'ancien lui répondit : « toi, tu es un édifice ouvert de tous les côtés. N'importe qui entre chez toi et en sort comme il veut, et toi, tu ne sais pas ce qui se passe. Si tu avais une porte, si tu la fermais et si tu interdisais aux mauvaises pensées d'entrer, tu les verrais alors se tenir dehors et combattre contre toi. »*

(Apophtegmes des Pères du désert, Éd. du Carmel/Éd. de Solesmes, 1999, p. 44.)

1. Les sentences des Pères du désert. Nouveau recueil. Solesmes. 1970, p. 69, N 453.

2. Apophtegmes, série alphabétique, Arsène 42.

3. Id., 13.

4. Cf. Mircéa ÉLIADE. Le Sacré et le Profane, Paris, Gallimard. coll. « Idées » n. 76, 1965. p. 107-109.

5. Textes syriaques et grecs, Ed. F. NAU, in PO XI, p. 432. Cité par Irénée HAUSHERR. « L'Hésychasme. Étude de spiritualité » in *Hésychiasme et prière* (Orientalia Christiana Analecta 176), Rome, PIO, 1966, p. 189; les présentes lignes doivent beaucoup au P. Hausherr.

6. Lettre 41, citée par Irénée HAUSHERR. op. cit., p. 186.

7. PO IX, p. 434.

8. Cyrille DE SCYTHOPOLIS, *Vie de saint Sabas*, in A.-J. FESTUGIÈRE, op., *Les Moines d'Orient*, tome III/2. p. 39.

9. *Apophtegmes*, série alphabétique, Antoine 8.

10. PO XI, p. 480.

11. ÉVAGRE LE PONTIQUE, *Traité pratique*, 6, Sources Chrétiennes 171, Éd. du Cerf 1971, p. 06-509.

12. Alphabétique, Macaire 31.

13. Alphabétique, Pœmen 110.

14. ÉVAGRE, op. cit., 14. p. 532-533.

15. *Collectio monastica éthiopienne*, 13, 80 Nouveau recueil, p. 308.

16. ÉVAGRE, op. cit., 12, p. 520-521.

17. Ibid., p. 520-527.

18. Alphabétique, Arsène 11.