



## IV. LE DISCERNEMENT DANS LA SPIRITUALTE IGNATIENNE

### 1. QU'EST-CE QUE LE DISCERNEMENT DES ESPRITS ?

➤ **Une remarque préalable** : on fait un discernement des esprits pour choisir entre deux choses bonnes, pour savoir laquelle est la plus appropriée, la meilleure dans cette situation particulière. On n'opère en principe pas un discernement pour savoir si je dois poser ou non un acte en soi mauvais : je ne fais pas un discernement pour savoir si je dois éliminer la belle-mère qui est en train d'empoisonner et même de détruire notre couple. Je ne fais pas un discernement pour savoir s'il est judicieux de dévaliser la banque du quartier.

➤ **Une définition simple** : « *Le discernement est l'art de déterminer la volonté de Dieu dans les situations concrètes qui se présentent à nous.* »

**Définition du Père E. Malatesta** : « *Par "discernement des esprits" on entend le processus par lequel nous examinons, à la lumière de la foi et dans la connaturalité de l'amour, la nature des états spirituels que nous éprouvons en nous-mêmes et qui sont éprouvés par d'autres. Le but de cet examen est de déterminer, dans la mesure du possible, lesquels de ces mouvements nous conduisent au Seigneur et à le servir, Lui et nos frères, avec une plus grande perfection, et lesquels nous détournent de cette fin* » « *L'objectif est d'atteindre un amour clairvoyant, qui conduise à la vraie liberté spirituelle.* »

Cette définition comporte **plusieurs éléments importants**, qui seront approfondis par la suite : la lumière de la foi, un amour clairvoyant (cœur + intelligence), une orientation vers une plus grande perfection.

➤ **Le discernement implique simultanément deux réalités indissociables** : l'acte de percevoir (sens), et celui de distinguer et juger (intelligence, raison). Il ne faut omettre ni l'une ni l'autre. A ce niveau, plusieurs pièges sont à éviter

- Il ne faut pas confondre raisonnement et discernement : le raisonnement seul n'est pas encore un discernement

- Confondre sentiments et discernement : on prend alors ses sentiments pour le désir de Dieu ou pour une inspiration du Saint Esprit (Sentiment d'attrait, fascination, ou de répulsion, résistances). Le discernement implique de savoir distinguer entre l'écoute de ses sentiments et de sa raison (confusion entre sentiments et raison). Pourtant, les sentiments occupent une place très importante dans le discernement spirituel ; on y reviendra plus loin.

- **Le discernement est un art, et non pas une science.** On l'apprend donc par la pratique, et par ajustements successifs.

## 2. L'ÊTRE HUMAIN : UNE TERRE AVEC DIFFÉRENTES COUCHES

- Le cœur de l'homme est un **champ où sont mêlés le bon grain et l'ivraie**, où se mêlent des sentiments, des raisonnements, des forces inconscientes, des conditionnements liés à la culture, à l'éducation, et à bien d'autres facteurs. Tout cela nécessite un tri, un discernement.
- **L'homme est un être d'une grande complexité** : au plan biologique, l'être humain est comme un résumé de l'univers. L'embryon humain récapitule au cours de sa croissance toute l'évolution de la vie depuis les origines. (de même au plan de l'histoire du salut : ADAM qui représente toute l'humanité, le Christ NOUVEL ADAM qui récapitule en sa personne toute l'humanité)
- **L'être humain est comme un terrain**, avec ses différentes couches, ses millions de micro-organismes vivants. Une terre complexe, qui a son histoire, qu'il faut connaître si l'on veut savoir ce que l'on peut y faire pousser, et comment le faire pousser :
  - Il y a des terres acides, dans lesquelles ne poussent que certaines plantes. Des terres plutôt argileuses, qui retiennent l'eau ; d'autres plutôt sablonneuses. Il y a aussi différentes expositions : plein soleil, mi-ombre, ombre.
  - Si je ne connais pas les caractéristiques du sol, ou que je n'en tiens pas compte, les plantes auront de la peine, ou même mourront.
- De même, je dois connaître les caractéristiques de mon sol. Et tout discernement présuppose une connaissance de ce sol. L'être humain comporte comme **trois strates, trois niveaux** :
  - **BIO Un niveau biologique** : Je suis un corps, avec toute la complexité anatomique, et les substances chimiques qui agissent sur les neurotransmetteurs. Ceci influe sur mon caractère, mes capacités, ma détermination, mon moral.
  - **PSY Un niveau psychoaffectif** : J'ai une intelligence, qui me permet de penser, analyser, étudier. J'ai un psychisme, qui détermine certaines structures de personnalité, certains traits de caractère, plus ou moins bons ou mauvais. J'ai encore une dimension affective, émotionnelle, qui implique un besoin de relation, d'aimer et d'être aimé, besoin d'être reconnu et estimé.
  - **SPI Un niveau spirituel** : La partie de nous mêmes qui peut s'ouvrir à Dieu, s'ouvrir ou se fermer à l'amour, choisir le bien ou le mal.

Ces trois parties ne sont pas indépendantes ou séparées, mais **étroitement imbriquées et interdépendantes**, au point que chacune influe sur les autres. Lorsque une partie est touchée, les autres vont réagir aussi, car c'est toute ma complexité qui est atteinte. Si mon corps est fatigué, il se peut que je devienne de mauvaise humeur, et que je n'aie plus envie de prier. Inversement, une expérience profonde de Dieu peut faire que je me trouve bien dans mon corps et mon psychisme.

C'est la **connaissance de ce sol** qui va me permettre de poser des choix en connaissance de causes : par exemple en ne mettant pas la prière le soir, au moment où je suis fatigué. Il est bon de connaître ses points forts, ses points faibles, son tempérament, ses capacités, ses difficultés. **Un bon jardinier** est celui

qui sait tirer profit de chaque terre, de chaque exposition, pour y faire pousser ce qui convient, pour améliorer le sol au besoin...

- **1 Co 3, 9** : « *Nous sommes les collaborateurs de Dieu, et vous êtes le champ que Dieu cultive* »
- **D. Bonhoeffer** parle du discernement comme d'une réalité pluridimensionnelle : « *La Bible ne dit nulle part que la volonté de Dieu s'impose sans plus au cœur humain, sous la forme d'une possibilité unique, qu'elle est claire comme le jour et identique à la pensée du cœur. Elle peut être profondément dissimulée sous de multiples possibilités. Parce qu'elle ne constitue pas un système de règles établies une fois pour toutes, parce qu'elle est nouvelle et autre dans chaque situation différente, il nous faut discerner chaque jour à nouveau quelle est la volonté de Dieu. Le cœur, la raison, l'observation et l'expérience doivent collaborer à cet examen.* »
- Le discernement est une réalité complexe, multidimensionnelle, qui doit faire appel à la **raison**, à l'**expérience**, à l'**intuition**, à l'**affectivité**, au **cœur**, aux **sens** (au sentir spirituel) le tout dans la lumière de l'**Écriture** et de l'**Esprit Saint**.

### **3. LES QUALITÉS REQUISES ET CONDITIONS POUR BIEN DISCERNER**

- **Le désir de faire la volonté de Dieu** : Le discernement suppose une foi vécue c'est à dire un désir de faire la volonté de Dieu et accomplir son œuvre dans les réalités du monde.  
*« Le climat nécessaire au discernement (c'est à dire les dispositions de l'âme requises avant même de pouvoir commencer à discerner) est un abandon total de soi au Seigneur. Cela suppose de notre part la remise d'un "chèque en blanc" pour ce qu'il veut de nous, attitude de Jésus lui-même envers son Père. »*
- **L'ouverture à Dieu** : « *Pour avoir un désir vrai de la volonté de Dieu, il faut être réellement ouvert à Dieu, un Dieu toujours mystérieux, souvent surprenant et dérangeant* » (64) St Pierre, bien qu'ayant reconnu en Jésus le Messie, n'était pas ouvert à l'idée d'un Messie souffrant. De même pour les apôtres qui, encore avant l'ascension, demandaient à Jésus si c'était le moment où il allait restaurer la royauté en Israël. Ils n'étaient ainsi pas capables de discerner correctement l'appel de Jésus, parce qu'ils étaient aveuglés par leurs idées préconçues. Ils cherchaient peut-être, sans le savoir, Dieu et leurs propres idées plutôt que Dieu seul.
- **Troisième condition à un discernement authentique : la connaissance de Dieu**. Ce que Thomas Green appelle « amour clairvoyant », est « *une connaissance qui ne vient ni du raisonnement ni de l'analyse, mais d'une longue expérience de vie avec l'être aimé* ». C'est la connaissance mutuelle qu'ont par exemple deux époux après 30 ans de vie commune, et qui fait que l'on connaît intuitivement les désirs et les goûts de l'autre. C'est une connaissance née de l'expérience et de l'amour. « *Pour être vraiment capable de discerner, il faut être quelqu'un d'aimant et de priant.* »
- **La familiarité avec la Parole de Dieu** est un chemin à la fois privilégié et nécessaire pour la connaissance de Dieu. C'est le chemin que Dieu a choisi pour se faire connaître à son Peuple, et à travers lequel il veut se faire connaître à moi

## 4. LES DEUX DIMENSIONS DU DISCERNEMENT IGNATIEN

**Le discernement, dans la spiritualité ignatienne, comporte deux dimensions :**

### **A. UNE DIMENSION RATIONNELLE (PLUTOT OBJECTIVE) :**

- D'abord, poser clairement l'alternative du choix que je suis appelé à poser, sous forme de question.
- Préciser mes but, mes options fondamentales, mes valeurs, l'orientation évangélique que je veux suivre.
- Examiner comment mon choix s'accorde au bien du prochain, de la société. Le principe de l'amour (1 Co 8 et 13)
- **Réunir les informations à propos de ces deux alternatives:**

- D'abord les informations subjectives : Quelles sont mes moyens, mes aptitudes face à celles-ci ? C'est le principe de réalisme : Avant de bâtir une tour, il faut commencer par s'asseoir et calculer la dépense pour voir si l'on a les moyens d'aller jusqu'au bout ! **Lc 14, 28** : « *Qui de vous en effet, s'il veut bâtir une tour, ne commence par s'asseoir pour calculer la dépense et voir s'il a de quoi aller jusqu'au bout. De peur que s'il pose les fondations et qu'il ne peut achever, tous ceux qui le verront ne se mettent à se moquer de lui en disant : Voici un homme qui a commencé à bâtir et n'a pu achever* »

- Réunir aussi les informations objectives : que dit l'Evangile par rapport à cette réalité ? L'enseignement de l'Eglise ? Ou d'autres sources de repères éthiques ? Si je dois opérer un choix par rapport à un avortement, à une euthanasie, à une procréation médicalement assistée, il existe déjà des balises par rapport à ces attitudes, et je dois en tenir compte. Il est bien clair qu'il y a **différents degrés** dans ces balises :

Il y a ce qui est du domaine des règles de moralité : fidélité dans le mariage, refus du mensonge, refus de la corruption ou de pots de vins, refus de ce qui est contraire à l'Évangile.

Il y a ce qui touche à des droits humains fondamentaux, et que je ne peux en aucun cas violer (cf. charte universelle des droits de l'homme) ; torture, homicide, toute atteinte à l'intégrité physique ou psychique.

### **B. UNE DIMENSION QUI FAIT PLUS APPELS AUX DIVERS SENS (PLUS SUBJECTIVE)**

- Il s'agit de l'analyse des **motions intérieures**, c'est-à-dire discerner les différents sentis de l'âme. Ce que l'on appelle **motions** sont des mouvements intérieurs touchant aussi bien l'intellect que l'affectivité (la tête et le cœur).
- Discerner, c'est reconnaître que l'Esprit et bien d'autres réalités nous poussent à agir ou à parler. Il y a donc en nous, face à des choix, une **poussée ou une résistance** à agir, que l'on peut sentir ; il s'agit de déterminer d'où vient cette poussée ou cette résistance.
- « *Plus le chrétien développe sa vie intérieure et plus il perçoit en lui des inspirations, des mouvements qui tendent soit à le rapprocher de Dieu, soit à l'en éloigner. Discerner parmi ces influences celles qui sont bonnes et celles qui sont mauvaises est important. La théologie spirituelle a recueilli les règles et les conseils donnés au cours des âges pour accomplir cette distinction. Elle nous les présente sous le nom de discernement des esprits : "discernement" s'entend de*

soi (le nom technique latin est *discretio*) ; "esprits" a ici le sens très large de mouvements, d'inspirations, de suggestions venant d'agents spirituels ou de toute autre source. »

➤ Les sentiments occupent une place très importante dans le discernement spirituel. Car « *ce sont nos sentiments que nous distinguons ou évaluons dans le discernement spirituel. Pour cette raison, il est indispensable au discernement spirituel que nous soyons au contact de nos sentiments.* » Il faut sentir ces mouvements intérieurs qui nous poussent en avant ou nous retiennent. Il faut sentir les mouvements profonds (motions) qui se produisent en nous, pour pouvoir distinguer ceux qui viennent de l'Esprit Saint et ceux qui viennent d'autres sources.

➤ **Il y a plusieurs niveaux de sentir :**

- niveau biologique, avec nos 5 sens (toucher, vue, ouïe, odorat, goût)

- niveau psychologique, avec son affectivité ou son intuition

- niveau spirituel ; il y a un autre sentir qui se situe à un autre niveau, qui vient ni de nos 5 sens, ni du niveau psychologique, mais qui vient de nos sens intérieurs, de nos sens spirituels, ceux du cœur, c'est-à-dire de l'être profond où Dieu réside.

**Il ne faut pas séparer ces trois niveaux de sentir :** Quelqu'un qui se promène, admire la nature, regarde le paysage, éprouve la chaleur du soleil, sent le parfum des fleurs, entend le chant des oiseaux et le ruissellement d'une source, goûte aux fruits sauvages, va normalement éprouver des réactions psychologiques, affectives ; cela va peut-être l'entraîner à sentir une présence de Dieu à travers ses sens spirituels.

**Inversement**, celui qui éprouve la présence de Dieu dans son cœur, va en général ressentir quelque chose au plan de son affectivité (sentiment d'être aimé, de joie, de bonheur), de son psychisme (goût de vivre, impression de cohérence de la vie). Elle peut même peut-être ressentir quelque chose dans son corps (sentiment de chaleur, de bien-être physique...). Le sentir spirituel peut éveiller les sens corporels.

➤ **Ce sentir a une importance** fondamentale aussi bien avant la décision, pendant la décision, qu'après la décision.

## **6. LES ETAPES D'UNE DECISION : TABLEAU ANNEXE**

• Il s'agit d'une démarche de choix entre deux choses bonnes afin de trouver la meilleure. Pour un choix entre un bien et un mal, la démarche est autre.

• Le sentir spirituel, l'attention aux mouvements intérieurs se retrouve à toutes les étapes du discernement : avant, pendant, après.

# AVANT LA DECISION

## 1. Me placer devant Dieu

- Demander la lumière de l'Esprit Saint pour prendre cette décision.
- Lui demander la liberté intérieure pour accepter le choix le plus approprié.

## 2. Poser clairement la question sous forme d'alternative

.....

## 3. Réunir les informations

Rassembler suffisamment d'éléments d'information pour chacune de ces deux alternatives.

- Éléments objectifs (valeurs, normes éthiques...)
- Quelles sont les conséquences de ce choix pour moi, ma famille, la société en général, l'Église ? Quels sont les besoins dans ces lieux ?
- Prendre conseil auprès des personnes compétentes.
- Éléments subjectifs : Principe de réalisme : quelles sont mes possibilités réelles, mes capacités, mes limites (cf. Lc 14, 28 : Avant de bâtir une tour, il faut commencer par s'asseoir et calculer la dépense pour voir si l'on a les moyens d'aller jusqu'au bout !)
- Principe de l'amour (1 Co 8 et 13)

## 4. Me situer face à ma conscience et à mes options fondamentales de vie

- Quels sont mes orientations de vie, les valeurs que je vise, mes options fondamentales.
- Quelles paroles d'Écriture peuvent éclairer mon choix ?
- A quoi est-ce que je me sens appelé ?
- Où y a-t-il plus de bien et d'amour pour tous ?

## 5. Peser le pour et le contre

- **Examiner la 1<sup>ère</sup> solution :**
  - Quelles sont les raisons qui me font dire oui ou non à cette solution ?
  - Prendre un temps devant Dieu pour peser ces raisons, en étant attentif à mes sentiments intérieurs (mouvements intérieurs qui m'habitent, motions) :
  - Est-ce que ce choix me dynamise, m'encourage, me procure le goût de vivre, me donne de l'élan et de la confiance ?
  - Est-il pour moi source de joie, de paix, de libération, de clarté, d'espérance ?
  - Ce choix est-il pour moi source de trouble, d'agitation, d'inquiétude, me décourage, m'ôte le goût de vivre.
  - Est-il pour moi cause de tristesse, de doute, d'embrouillement, d'aveuglement, de non liberté, de mal être corporel ?
- **Accomplir la même démarche avec la 2<sup>ème</sup> solution**

# LE TEMPS DE LA DECISION

## 1. Quelques conditions pour prendre une bonne décision

- Ne pas prendre de décision dans un temps d'insécurité ou de grand bouleversement (deuil, divorce, échec...), ni sous le coup d'une trop grande émotion (conversion subite, coup de foudre, colère, déprime...)

Il faut du temps au psychisme, à l'affectivité, pour intégrer des événements marquants. Consentir au temps pour être dans les meilleures conditions d'une décision et d'un acte libres.

- Il peut être important d'opérer ce choix avec l'aide de quelqu'un qui peut m'aider à me situer sous le regard de Dieu, et à voir les tenants et aboutissants dans un horizon plus large que mon propre univers.

## 2. Relire l'ensemble

- Examiner comment les raisons s'organisent à présent (pour et contre). Qu'est-ce qui a le plus de poids en fonction des buts et des valeurs visées.

- Sentir ce qui me procure d'avantage de paix, de joie et d'élan (signes de l'Esprit, cf. Ga 5, 22-23)

### 3. Faire son choix en fonction de tous ces éléments

.....

### 4. Présenter à Dieu la décision

- Prendre un temps devant Dieu pour lui remettre cette décision.
- Lui demander de la confirmer par des signes quels qu'ils soient, par des motions.
- Être particulièrement attentif aux sentiments intérieurs
- Paix, joie profonde, dynamisme, cohérence = signes de l'Esprit (cf. Ga 5, 22-23)
- Inquiétude, trouble, agitation, joie excitée, peur insurmontable, embrouillement sont des signes que la décision n'est pas mûre, et qu'il faut reporter à plus tard ce choix.

## APRES LA DECISION

### 1. Temps de la confirmation...

- **En soi-même**

- Repérer comment cette décision est confirmée par une paix durable, une joie et un dynamisme de vie paisibles, une facilité à surmonter les obstacles, une cohérence des événements.

Encore une fois, être attentif aux motions intérieures.

- Reconnaître les fruits de l'Esprit :

« *Tout arbre se reconnaît à ses fruits : un bon arbre ne peut pas donner de mauvais fruits* » (Lc 6, 43- 44)

« *Le fruit de l'Esprit est charité, joie, paix, longanimité, serviabilité, bonté, confiance dans les autres, douceur, maîtrise de soi* » (Ga 5, 22-23)

- **Dans les événements**

Repérer comment cette décision est confirmée par mon entourage, par les événements, par des signes, par mon comportement avec les autres.

### 2. Temps de réajustement, si nécessaire

- Si des signes montraient manifestement que mon choix n'était pas le bon, il faudrait envisager de reconsidérer le choix opéré.
- Il peut intervenir aussi des circonstances, des événements qui modifient radicalement les données de la question.

### 3. Le temps de la fidélité

- Mais en principe, à moins de signes manifestes et évidents montrant le contraire (cf. point 2), s'en tenir à la décision prise, en prenant appui sur ce que j'ai décidé en période de calme, et sur les éléments qui ont fondé mon choix.

Pas de remise en cause lancinante. A priori, sauf preuve du contraire, le choix opéré est le bon.

- Mettre en œuvre cette décision et rester fidèle au pas posé.

*Maison bâtie sur le roc* (Mt 7, 24-25)

« *Sois fidèle jusqu'à la mort, et je te donnerai la couronne de vie* » (Ap 2, 10)

*Michel Maret,*

*Communauté du Cénacle au Pré-de-Sauges*