

**EXTRAITS DE LA REGLE  
DU MONASTERE DE LA PROTECTION  
DE LA T.S. MERE DE DIEU  
A SOLAN**

(Le texte complet se trouve dans la brochure « Règle de vie monastique »  
➔ renvoi au bon de commande des publications)

Que la grâce de Notre-Seigneur Jésus-Christ, l'amour de Dieu le Père et la communion du Saint-Esprit soient avec vous toutes. Amen.

La fin de la vie monastique est, selon l'expression de saint Cassien, “une persévérance sans interruption dans la prière, et un effort pour obtenir, autant que la faiblesse humaine le permet, une immobile tranquillité et une pureté perpétuelle de l'esprit.”

Les traits distinctifs de votre vocation sont donc la recherche de la prière continuelle du cœur, et le zèle pour l'ascèse, le recueillement, la solitude et le silence qui la favorisent.

Vous veillerez toujours à unir à cette orientation contemplative une grande charité envers le prochain, un esprit de service fraternel, de miséricorde, de compassion et de paix. Vous vous appliquerez à pratiquer le conseil de saint Isaac le Syrien : “Partage le bonheur des heureux, les pleurs des affligés [...]. Sois ami de tous les hommes [...]. Participe aux douleurs de chacun, mais demeure corporellement loin de tous.”

Dans votre recherche de Dieu, vous vous mettez à l'école des Pères de l'Église et des maîtres spirituels du monachisme, et très spécialement de la tradition spirituelle de la Sainte Montagne de l'Athos.

Vous suivez d'ailleurs en cela de l'exemple de saint Cassien, des premiers moines de Provence et de saint Benoît, qui ont introduit ou fait revivre en Occident des formes de vie monastique et une doctrine spirituelle identiques ou très semblables à celles de l'Orient chrétien.

(...)

Cette loi, en effet, n'est rien d'autre que la voie royale par laquelle la moniale devient entièrement libre d'être mue par l'Esprit de Dieu. Et si vous mettez ces directives en pratique, avec l'aide des prières de la Toute-Sainte Mère de Dieu et de nos saints Pères les moines d'Orient et d'Occident, “c'est aux plus hauts sommets de vertu et de contemplation que vous parviendrez. Amen.”

## 1. LE MONASTERE

“C'est la solitude qui fait le moine”, a dit un ancien ; “l'expérience le montre, la solitude est très amie de l'amour divin. Celui en effet qui veut s'adonner à loisir à l'amour des choses célestes, fuit la foule, évite le bruit, et, avec Marie, répugne au ministère trop empressé de Marthe, sachant que plus profonde sera la retraite, plus sûrement il pourra écouter et voir le Christ.”

C'est pourquoi le monastère sera établi dans un lieu solitaire et écarté. Il comprendra une église, les locaux conventuels indispensables, et des cellules pour les sœurs.

(...)

Les hôtes seront reçus « comme le Christ » et leur passage parmi nous sera considéré « comme un jour de Pâques » ; mais, en raison du caractère propre de notre vie, nous ne pourrons accorder l'hospitalité qu'à un nombre restreint à la fois. Ils devront se conformer aux usages du monastère, et surtout en respecter le silence.

## 2. L'HIGOUMENE DU MONASTERE ET LE CONSEIL DES SŒURS

L'higoumène du monastère est élue à vie, par vote secret, à la majorité absolue des voix au premier tour, ou à la majorité relative au deuxième tour par les membres titulaires de la communauté. Son élection doit être confirmée par l'higoumène et le conseil des anciens du saint monastère de Simonos Petra.

Selon les saints Pères qui ont fondé dans l'Eglise la vie cénobitique, l'higoumène tient dans le monastère la place du Christ, elle en est comme « l'icône vivante » ; rien de ce qui se ferait en dehors d'elle ne pourrait avoir la bénédiction divine ; aussi les sœurs doivent-elles lui témoigner tout le respect qu'exige sa fonction et l'aimer d'une charité humble et sincère, et tout doit se faire avec son assentiment. Le Père spirituel a, vis-à-vis des Sœurs, un rôle différent de celui de l'higoumène, et il ne lui appartient pas de la suppléer dans ce qui est sa tâche propre.

(...)

### 3. LA RECEPTION DES NOVICES

“Quand une postulante demande à entrer dans la vie monastique, on ne lui accordera pas une entrée facile ; mais, comme le dit l'Apôtre : "Éprouvez les esprits, pour voir s'ils sont de Dieu" (1 Jn 4, 1).” On ne se hâtera donc pas de le recevoir, et, avant de l'accueillir dans la communauté, on la fera attendre un temps suffisant pour apprécier déjà la qualité de sa vocation.

Si elle persiste dans sa demande, et s'il apparaît qu'elle cherche vraiment le Seigneur et n'aspire qu'à se laisser conduire dans les voies de Dieu en se livrant sans réserve, l'entrée lui sera accordée. L'higoumène se chargera elle-même de sa formation, à moins qu'elle ne préfère la confier à une ancienne expérimentée.

(...)

Il ne suffit pas en effet que la novice acquière des notions intellectuelles et adopte un certain nombre de comportements : il faut surtout l'amener à découvrir au fond de son cœur un sens vivant des réalités monastiques, une affinité foncière avec l'esprit et les éléments constitutifs de la vie monastique, affinité suscitée en elle par l'Esprit-Saint et capable d'unifier peu à peu toute sa vie. L'éveil et le développement de ce sens intime de la vie monastique seront le meilleur garant d'une vocation authentique et d'une fidélité sans faille pour l'avenir.

(...)

### 4. LE PROGRES DANS L'AMOUR DU CHRIST ET LA PRIERE

La moniale ne doit absolument rien préférer à l'amour du Christ, et, dans sa vie, l'activité la plus importante est la prière. Sa Règle fondamentale est de toujours progresser dans l'un et l'autre.

Cependant, l'amour de Dieu et la prière ne sont pas des choses que l'on puisse apprendre d'un maître humain, ni acquérir par nos seuls efforts, bien que la conduite d'un père spirituel et la coopération de notre liberté à

l'œuvre de la grâce soient requises. C'est l'Esprit-Saint qui nous les enseigne, à l'intime de notre cœur.

En effet, dans nos cœurs d'hommes créés à l'image de Dieu et régénérés par la grâce des sacrements l'Esprit-Saint a inscrit un désir de Dieu et des choses de Dieu, un sens intime des réalités spirituelles, et par là même, un sens aigu de notre faiblesse de créature et de notre misère de pécheur, auxquels nous devons simplement consentir et adhérer. La prière chrétienne, en son essence, n'est pas autre chose que la prise de conscience, dans la foi, et la ratification par notre liberté, de cette motion intime de l'Esprit qui crie en nous : “Abba ! Père !” (Rom 8, 15 et 26).

Mais il existe aussi en nous d'autres attraits, qui sont une suite du péché. Et ces désirs égoïstes, perversion de notre tendance originelle vers Dieu, sont plus immédiatement perceptibles à notre conscience que ceux de l'Esprit.

Les moyens les plus conformes à l'économie de notre salut pour réveiller ces derniers dans nos cœurs et les faire prévaloir sur les tendances du vieil homme, sont, d'une part, l'invocation incessante du Nom du Seigneur Jésus — “car il n'y a pas sous le ciel d'autre Nom donné aux hommes, par lequel nous puissions être sauvés” (Actes 4, 12) — et d'autre part la considération de l'amour dont Dieu nous a aimés dans le Christ, ainsi que l'écrit saint Syméon le Nouveau Théologien : “Dieu a envoyé son Fils dans le monde, afin que tout homme qui croit en lui, au lieu de périr, possède la vie éternelle (Jn 3, 16). Celui qui croit cela au fond du cœur [...], comment ne l'aimera-t-il donc pas de toute son âme et de toute sa pensée ? Et surtout lorsqu'il réfléchira aux mystères de son incarnation, et plus encore aux souffrances qu'a supportées, à cause de lui, l'Impassible par nature.”

L'amour du Christ qui se développera ainsi en nous consiste essentiellement en une ferme résolution d'accomplir les commandements du Seigneur, lesquels se résument dans celui de l'humble amour et du service du prochain : “Si vous m'aimez, vous garderez mes commandements” (Jn 14, 15).

Ce qui importe donc le plus pour nous, tant que notre cœur n'est pas profondément purifié, c'est d'une part d'acquérir au moyen de notre intelligence éclairée par la foi et en scrutant le Saint Évangile, de fermes convictions sur l'amour que Dieu nous porte et sur ce qu'il exige de nous en retour ; c'est, d'autre part, de nous contraindre à agir en conformité avec ces convictions, par un effort généreux jailli du plus profond de notre être et

soutenu efficacement par la grâce, sans que nous ayons de celle-ci une conscience expérimentale.

Réfléchissons moins, inquiétons-nous moins à propos de toute difficulté que nous rencontrons, et prions davantage. Ne craignons pas de prier beaucoup, de prier longuement. Que la longueur de nos offices, de notre canon en cellule avec la prière de Jésus, ne nous rebute pas. La qualité de notre prière dépend surtout de Dieu et de ses dons gratuits. La quantité de la prière dépend davantage de nous, elle est plus directement à notre portée – non sans la grâce de Dieu évidemment. C’est à travers elle que pourra s’exprimer notre persévérance et notre ferveur, plutôt que par des élans brûlants qui, à ce stade de notre vie spirituelle, risquent de nourrir notre orgueil et nos illusions.

(...)

Nous devons ainsi faire continuellement violence, sans raideur ni crispation, non seulement à nos mauvais instincts, mais encore à certaines de nos tendances spontanées les plus légitimes, lesquelles pourraient cependant entraver plus ou moins notre don total au Christ. Il n'est pas de vie monastique vraie sans cette grande énergie dans le combat et cette violence évangélique (*cf.* Mt 11, 12) : “Un ancien a dit : se faire violence en tout, telle est la voie de Dieu et le travail du moine”, et saint Jean Climaque définit la vie du moine : “Une violence continue faite à la nature.”

Tant que l'amour de Dieu ne sera pas parfait en nous, la pensée de la mort et du jugement nous seront très utiles pour nous maintenir en état de conversion et stimuler notre énergie : “Un ancien a dit : l'homme qui a continuellement la mort devant les yeux vainc la peur de l'effort.” Et “les Pères ont dit qu'un homme acquiert la crainte de Dieu en se souvenant de la mort et des châtiments, en examinant chaque soir comment il a passé la journée et chaque matin comment il a passé la nuit, en se gardant de la *parrhésia*, et en s'attachant à un homme craignant Dieu.”

Tel doit être le régime de notre vie spirituelle tant que notre cœur n'est pas encore vraiment purifié. Vouloir faire l'économie de cette phase active et de ces exigences serait construire tout notre édifice sur de l'imaginaire et de l'irréel. Il s'agit moins là, d'ailleurs, d'une étape provisoire devant être définitivement dépassée un jour, que d'un aspect fondamental de la vie spirituelle, auquel nous devons revenir simplement, lorsque le besoin s'en fera sentir. Cet effort de notre volonté, par lequel nous nous livrons tout entier à Dieu, sans faire aucunement l'expérience de la grâce qui, cependant, nous aide secrètement, est la seule chose qui dépende de nous. Le goût et l'expérience de la divine présence sont un pur don de Dieu, que

nous ne saurions provoquer artificiellement. Néanmoins, quand l'âme accomplit tout ce qui dépend d'elle, il est impossible que Dieu ne fasse de son côté ce qu'il faut pour se communiquer à elle. Si nous pratiquons généreusement les commandements du Seigneur dans l'humble détail de la vie commune, il nous fera peu à peu découvrir en nous, dans une zone de notre être plus profonde que l'affectivité sensible, un attrait spontané, constant et fort, vers la charité, le don de soi, l'humilité, l'obéissance et toutes les vertus chrétiennes. Nous nous sentirons comme attirés à nous y reposer et à nous y complaire, et nous découvrirons comme d'instinct la manière de les pratiquer dans les circonstances concrètes de notre vie, sans qu'il soit besoin de multiplier les considérations, les raisonnements et les efforts de volonté. La crainte du châtement cédera la place à la crainte filiale de l'homme qui, "ayant goûté la douceur d'être avec Dieu, redoute de la perdre."

## 5. LE CULTE DIVIN

Les Apophtegmes rapportent que l'abbé d'un monastère palestinien qui dépendait de saint Épiphanie dit à celui-ci : "Grâce à tes prières, nous n'avons pas négligé la règle : nous avons récité soigneusement Tierce, Sexe et Nonne". Mais l'évêque le blâma en disant : "Je vois bien, il y a des heures où vous ne priez pas ; le vrai moine, lui, doit prier sans interruption, ou du moins psalmodier dans son cœur". Et un autre ancien disait : "Si le moine ne prie que lorsqu'il se tient debout pour la prière, il ne prie jamais."

La prière de la moniale, en effet, doit tendre à devenir continuelle. Les moments que nous consacrons à la prière, liturgique ou privée, à l'église ou en cellule, ne sont pas une fin en soi : ils doivent nous conduire à faire de toutes nos occupations, lectures, travail, repas, allées et venues, une prière ininterrompue. Considérer que les moments de prière sont le lieu, sinon exclusif, du moins privilégié, de la présence à Dieu, de la rencontre, du colloque divin, serait méconnaître la nature de la prière contemplative dans le climat spirituel de la vie monastique. Cette prière est commerce d'amour avec Dieu, et cette réalité n'est pas seulement le but propre de tel ou tel exercice de la journée monastique, mais bien la fin unique et constante de toute l'attention de l'âme en quête de Dieu, à travers toutes les occupations de la journée. Le Seigneur ne demande pas qu'on ne soit attentif à lui qu'à une heure déterminée du jour, mais bien tout au long du jour, sans interruption.

Mais pour atteindre à cet état de prière continuelle, il est indispensable de consacrer exclusivement à la prière certains moments particuliers. Et parmi les différentes formes que peut prendre cet exercice de la prière, l'Office divin et la Liturgie sont de loin supérieurs aux autres. En effet, le culte de l'Église est la source première et nécessaire de l'esprit authentiquement chrétien, "la mesure et la règle de toute prière."

Les célébrations liturgiques ne nous fournissent pas seulement des thèmes de méditation et des formules de prière : à travers ces signes que sont l'assemblée, les textes, les rites et les choses saintes, nous entrons objectivement en contact avec le Christ et les divers aspects de son mystère, en sorte que l'œuvre de la Rédemption et de la divinisation s'accomplit en nous, et que, devenus un seul corps et un seul esprit dans le Christ, nous offrons à la très sainte Trinité la vraie glorification qui lui est due.

(...)

Enfin, le fait que la liturgie et l'office donnent son orientation essentielle à notre prière ne doit jamais nous conduire à minimiser l'importance des exercices spirituels plus intimes et solitaires : en effet, "le culte liturgique et la prière privée se conditionnent réciproquement, se supposent, s'interpénètrent. Il y a toujours à la fois tension et équilibre entre la prière publique et la prière privée, entre l'action commune de l'Église et la sanctification intérieure du chrétien. Toute réduction ou dévaluation de l'un de ces domaines par rapport à l'autre conduit inévitablement à un appauvrissement et à une destruction de la communion de l'homme avec Dieu et avec son prochain [...]. Si donc l'homme a besoin de la communion des hommes pour entrer en communion avec Dieu, si la prière publique est une exigence découlant de la nature même de l'Église, l'homme n'en ressent pas moins le besoin irrésistible de s'isoler pour prier, de dialoguer avec Jésus dans une relation unique, de personne à personne, de réserver à Dieu seul le secret de son cœur."

## 6. L'HUMILITE

"Avant toute chose, a dit l'abbé Isaïe, nous avons besoin de l'humilité" ; en effet, ajoutait-il, "je ne vois dans toutes les Écritures rien que Dieu réclame de l'homme, sinon que tu t'humilies devant ton prochain en tout, et

que tu retranches ta volonté en tout, et de demander à Dieu en tout temps son aide, car la nature de l'homme est pauvre et changeante.” (...)

Selon l'abbé Poemen, “l'homme doit respirer continuellement l'humilité et la crainte de Dieu, comme le souffle qu'il aspire et rejette par ses narines.”

L'humilité doit être en effet comme l'âme de toutes les observances de la vie monastique. Celles-ci ne sont en quelque sorte que des moyens de pratiquer, d'exprimer et d'enraciner dans tout notre être spirituel et corporel le renoncement à notre suffisance, à l'affirmation et à l'exaltation de notre “moi”, à notre soif d'honneur et de considération, afin que ce ne soit plus nous-mêmes qui vivions, mais le Christ en nous (cf. Gal 2, 20). Comme l'écrit un auteur syrien, “l'humilité est le vêtement du Christ Notre-Seigneur. Sans elle, tout le labeur du moine est vain, alors même qu'il serait rempli d'œuvres excellentes. Toutes les œuvres vertueuses ne sont point vertueuses sans l'humilité, car c'est elle qui fait vertueuses les œuvres vertueuses [...]. Dans l'humilité, même sans bonnes œuvres, se trouve toute la vertu. C'est le sel de toute l'œuvre de vie ; sans sel, le goût de toute chose est fade et insipide.”

(...)

## 7. LE DISCERNEMENT DES ESPRITS ET LA MANIFESTATION DES PENSEES

La vie de la moniale comprend une multitude d'activités et de comportements corporels et spirituels : jeûne et pratiques ascétiques, travail, solitude et silence, *lectio divina* et prière, etc. La pratique détaillée de ces diverses observances et la façon dont une moniale doit agir dans les circonstances concrètes de sa vie, ne peuvent être codifiées une fois pour toutes, sans égard à la variété des situations. Une marge assez grande est ainsi laissée aux applications personnelles des grands principes objectifs de la vie spirituelle. La mesure à garder dépendra, pour chacune, de la grâce qu'elle a reçue. (...)

Ces exigences divines se manifestent souvent à nous sous la forme d'inspirations intérieures, d'impulsions et d'attraites intimes, dans le secret de la conscience. Le fait de procéder ainsi d'un élan jailli du cœur, plutôt que d'une soumission passive à un règlement extérieur, confèrera à notre agir sa qualité spirituelle et sa valeur d'engagement personnel. La Loi nouvelle ne

consiste pas en un code extérieur de préceptes, mais dans la motion intime de l'Esprit.

Cependant, il faut ajouter aussitôt que toutes les inspirations ou “pensées” qui se lèvent en nous, même si leur apparence est bonne, ne viennent pas nécessairement de Dieu. Satan est habile à se transformer en ange de lumière (*cf.* 2 Cor 11, 14), et le secret de nos motivations profondes nous échappe très souvent. Un zèle ardent pour le jeûne, la solitude ou la prière prolongée, ou à l'inverse un souci en apparence légitime de ménager notre santé, ou encore la sollicitude pour les intérêts spirituels et matériels du prochain, peuvent procéder, sans que nous en ayons clairement conscience, d'un égoïsme foncier qui, pour mieux se satisfaire, se pare du masque de la vertu. Les joies éprouvées dans la prière peuvent elles-mêmes nous égarer : “Examine soigneusement la suavité que tu ressens dans ton âme, de peur qu'elle ne soit frauduleuse, préparée par de cruels médecins, ou plutôt par des traîtres.”

Nous devons donc pratiquer une extrême vigilance afin de ne pas nous laisser surprendre : “Bien-aimés, ne vous fiez pas à tout esprit, mais éprouvez les esprits pour voir s'ils viennent de Dieu, car beaucoup de faux prophètes sont venus dans le monde(1 Jn 4, 1).”

(...) Seuls ceux qui ont pleinement maîtrisé leurs passions, à qui l'Esprit-Saint a accordé le don d'une paix intime et profonde, et qui sont donc, de ce point de vue, aptes à la vie solitaire, peuvent sans présomption exercer le discernement à l'égard de leurs propres pensées, au moins dans les cas ordinaires. Celui qui n'a pas encore obtenu cette pureté de cœur n'a qu'un recours : la manifestation de ses pensées à son higoumène et à son Père spirituel et une entière soumission au discernement de ceux-ci.

“Que Dieu nous protège contre le danger de nous diriger nous-mêmes et qu'il nous accorde de tenir ferme la voie de nos Pères!”

## 8. LE RETRANCHEMENT DE LA VOLONTÉ PROPRE ET L'OBEISSANCE

Selon saint Dorothee de Gaza, "rien n'est aussi profitable à l'homme que de retrancher sa volonté propre. En vérité, par ce moyen, on progresse pour ainsi dire au-delà de toute vertu. C'est comme le voyageur qui, en chemin, trouve un raccourci et, l'empruntant, gagne ainsi une bonne partie de la route."

Le même Père nous explique par des exemples très concrets ce qu'il entend par ce retranchement : "Il est possible, en un court espace de temps, de retrancher dix volontés. Voici comment : "Un frère fait un petit tour, il aperçoit quelque chose. Une pensée lui dit : "Regarde là", mais lui répond : "Non, je ne regarde pas". Il retranche sa volonté et ne regarde pas. Il trouve ensuite des frères en train de parler. Une pensée lui suggère : "Dis, toi aussi, ton mot". Il retranche sa volonté et ne parle pas. Une autre pensée surgit alors : "Va donc demander au cuisinier ce qu'il prépare". Il n'y va pas, mais retranche sa volonté. Il voit par hasard un objet : l'idée lui vient de demander qui l'a apporté ; il retranche sa volonté et n'interroge pas. Ainsi par ces retranchements répétés il acquiert une habitude, et après les petites choses, il se met à retrancher même les grandes avec aisance. De la sorte, il parvient enfin à n'avoir plus du tout de volonté propre. Quoi qu'il arrive, cela le contente comme si cela venait de lui... Il se trouve ainsi sans attache, et de ce détachement il parvient à *l'apatheia*."

Il s'agit donc de refuser de satisfaire, par amour pour le Christ dont seule la volonté a pour nous du prix, les multiples envies, impulsions et désirs qui, tout au long de nos journées, nous portent à rechercher notre satisfaction propre.

Le domaine du retranchement de la volonté propre déborde ainsi très largement celui de l'obéissance. Celle-ci est cependant un des principaux moyens de le pratiquer.

(...)

## 9. LA PAUVRETE EVANGELIQUE

Par la pratique de la pauvreté évangélique, la moniale renonce à la sécurité, au confort, au prestige et à l'indépendance que confère la richesse, ou au moins l'aisance matérielle. La pauvreté est ainsi pour elle, comme l'obéissance, un moyen d'exprimer et de réaliser une parfaite dépossession d'elle-même ; par elle, elle renonce à se suffire et à se fermer sur elle-même dans l'affirmation de son individualité, afin d'entrer en parfaite communion avec Dieu et les hommes. Elle atteste, inséparablement, la préférence que nous accordons aux biens du Royaume de Dieu sur les biens terrestres, notre abandon filial à la providence divine et notre amour du prochain.

(...)

## 10. LE SILENCE

Comme l'a écrit un auteur syrien, "le silence matériel introduit au silence spirituel, et le silence spirituel fait monter l'homme jusqu'à vivre en Dieu ; mais si l'homme cesse de vivre en compagnie du silence, il n'aura pas d'entretien avec Dieu" ; et "à celui qui a expérimenté le Christ lui-même, le silence est plus cher que toute chose."

C'est pourquoi les sœurs garderont le silence depuis la retraite en cellule, le soir, jusqu'à la fin de l'Office du matin le lendemain. Le reste du temps, bien que le silence n'ait pas à être gardé aussi rigoureusement, ils éviteront avec grand soin de parler beaucoup.

On bannira entièrement les paroles vaines, les plaisanteries déplacées, les conversations futiles et les éclats de rire.

Ainsi donc, comme le recommande saint Basile, "à moins que l'on ne soit obligé de parler, soit par souci de ce qui est utile à notre âme, soit par une nécessité relative à un travail en cours, soit par une question qui demande une réponse urgente, il faut garder le silence, en dehors, bien entendu, de la psalmodie."

Ne croyons pas que, pour faire régner dans le monastère un climat d'authentique charité fraternelle, des entretiens et des "mises en commun" très fréquents soient nécessaires : cette atmosphère de charité dépend beaucoup plus de la générosité avec laquelle chacun s'applique à renoncer à

sa volonté propre et à tenir son âme dans la paix, qu'a la multiplicité des échanges. Imitons plutôt ces moines dont un témoin de leur vie nous disait : "Tous, en tout temps, s'appliquent à garder le silence des lèvres, se contentant de se parler les uns aux autres par l'affection du cœur... Quand la nécessité l'exige, il leur est permis d'avoir une paisible conversation à propos des besoins de l'âme et du corps : sinon, un silence plus paisible encore règne partout."

(...)

## 11. L'ASCESE MONASTIQUE

L'ascèse corporelle, sous ses différents aspects, est l'une des obligations essentielles des disciples du Christ. Par elle, nous "offrons nos corps en victime vivante, sainte, agréable à Dieu" (Rom 12, 1). En effet, pour parvenir à la glorification eschatologique de notre corps et nous disposer à la totale emprise de l'Esprit-Saint sur tout notre être il n'est pas d'autre voie que celle que le Seigneur nous a montrée, et qui est celle de la croix : "Il faut semer en terre le corps animal pour qu'il ressuscite spirituel ; ne vous semble-t-il pas, en effet, que celui qui épargne son corps n'a pas une foi bien vive en sa résurrection et sa transformation ?."

Le renoncement aux satisfactions et aux plaisirs sensibles est inséparablement un fruit du don de l'Esprit que nous avons reçu comme prémices du monde à venir, et un moyen pour nous de coopérer à ce don afin de nous l'approprier davantage et de le faire fructifier. Il nous permet ainsi de vivre et d'exprimer, dans tout notre être, corps et âme, le mystère de mort et de résurrection auquel nous avons été sacramentellement initiés par le baptême. Par ce renoncement, nous nous dépouillons déjà en partie de notre nature "animale", des "tuniques de peau" que nous avons reçues à la suite du péché, ou du moins en prévision de celui-ci, et nous recevons déjà les prémices du vêtement lumineux qui nous est destiné. "La face du Christ transfiguré brillait comme le soleil, dit Aelred de Rievaulx, et ses vêtements devinrent blancs comme neige... En vérité, les vêtements de notre âme sont les membres de notre corps, qui reçoivent de la vertu de chasteté [et de toutes les formes de la tempérance] un éclat céleste et présentent ainsi quelque chose de la condition des ressuscités." Saint Antoine le Grand écrivait déjà que, par l'ascèse, "tout le corps est

transformé et vient sous le pouvoir de l'Esprit Saint ; et je pense que quelque part lui est accordée déjà de ce corps spirituel qu'il recevra lors de la résurrection des justes.”

## 12. LE TRAVAIL

Ainsi que l'enseignait saint Euthyme, en accord avec toute la tradition, “outre la garde de leur intérieur, les moines, surtout les jeunes, doivent prendre corporellement de la peine, se rappelant le mot de l'Apôtre : "Nuit et jour, nous travaillons pour n'être à charge à personne", et "les mains que voici ont travaillé à mon service et au service de ceux qui sont avec moi" (1 Th 2, 9 ; Ac 20, 34). Il serait étrange, en effet, que tandis que les gens du monde se donnent peine et fatigue pour, de leur travail, nourrir femme et enfants, offrir à Dieu des prémices, faire du bien autant qu'ils le peuvent, par là-dessus se voir réclamer des impôts, nous ne subvenions même pas, nous, par le travail manuel, à nos nécessités corporelles, mais restions là, paresseux et immobiles, à jouir de la peine des autres, alors surtout que l'Apôtre commande que le paresseux ne doit pas non plus manger.”

Dans bien des cas, la prière et la méditation en cellule seront conciliables avec un travail simple et peu absorbant pour l'esprit, ainsi que nous le montre l'exemple des Pères du désert. Et selon saint Basile, “si, dans d'autres domaines, il est un temps pour chaque chose, comme le dit l'Ecclésiaste (Eccl 3, 1 ; 8, 5), il n'est pas de temps qui ne soit pas favorable à la prière et à la psalmodie et à d'autres occupations de ce genre. Ainsi, tandis que nos mains travaillent, nous pouvons louer Dieu par des psaumes, des hymnes et des cantiques spirituels, soit de bouche, soit au moins dans notre cœur... Autrement, comment pourrions-nous concilier ces deux paroles de l'Apôtre : Priez sans cesse (1 Th 5, 17) et : Travaillant nuit et jour (2 Th 3, 8).” Nous ne chercherons donc pas à restreindre le plus possible le temps consacré au travail, pour nous adonner plus exclusivement à la lecture et à la prière, en établissant en quelque sorte une cloison étanche entre travail et prière ; nous tendrons plutôt à réaliser une étroite compénétration entre les deux. Cette méthode sera beaucoup plus efficace pour nous acheminer vers la prière continuelle et l'union intime et constante avec Dieu.

(...)

## 13. LA VIE EN CELLULE ET LA SOLITUDE INTERIEURE

Selon saint Dorothee de Gaza, “rester dans la cellule est une moitié de la vie monastique, et avoir des rapports avec les autres frères est l'autre moitié.” Les saints Pères nous enseignent en effet que “l'apprentissage de la vie spirituelle requiert la discipline de la vie commune, mais que la perfection de la connaissance savoureuse de Dieu exige au contraire la solitude et le secret, un cœur solitaire, même au milieu des foules.”

Le secret de la cellule est le lieu propre de la prière contemplative. Un ancien auteur monastique donnait à ce sujet les conseils suivants : “Si tu désires t'appliquer à rendre ton âme épouse de Dieu, demeure, selon le mot du prophète, assis et solitaire, et tu seras alors élevé au-dessus de toi même (cf. Lam., 3,28). N'est-il pas au-dessus de toi-même de t'attacher à Dieu et de n'être plus qu'un seul et même esprit avec lui ? Demeure donc solitaire comme la tourterelle. Qu'il n'y ait rien de commun entre toi et la foule, entre toi et la multitude... Fuis la foule, fuis jusqu'à ceux de ta maison, isole-toi même de tes amis et de tes intimes... Le Seigneur est esprit pour toi, il demande la solitude de l'esprit, non celle du corps. Néanmoins, il te sera utile aussi, à certains moments, de t'isoler également de corps, surtout au temps de l'oraison. Tu connais sur ce point le commandement et l'exemple de l'Époux : "Lorsque tu pries, dit-il, entre dans ta chambre et, après en avoir fermé la porte, prie dans le secret" (Mt. 6,6). Il a fait ce qu'il a dit : il passait ses nuits à prier seul, se déroband non seulement à la foule, mais aussi à ses disciples. Et à l'approche de la mort, n'ayant avec lui que ses trois disciples les plus intimes, il s'écarta encore d'eux pour prier. Fais de même lorsque tu voudras prier.”

Un autre auteur monastique nous livre cet enseignement sur la façon dont le moine doit se comporter dans sa cellule : “La cellule est un lieu sacré, une terre sainte où le Maître et son serviteur entretiennent de fréquents colloques, comme un homme avec son ami ; où souvent le Verbe de Dieu se conjoint à l'âme fidèle, l'Époux s'unit à l'épouse ; où le céleste se mêle au terrestre et le divin à l'humain. Comme le temple est le “Saint” de Dieu, la cellule est le sanctuaire du serviteur de Dieu.

(...)

## 14. LA VIE COMMUNE

La recherche de Dieu et l'expérience de sa douceur dans le secret de la cellule risqueraient d'être viciées par de subtiles illusions de notre sensibilité, de notre imagination ou de notre intelligence, si en même temps nous ne nous efforcions pas de purifier profondément notre cœur de toute complaisance en nous-même et de toute attache à notre volonté propre. C'est seulement à cette condition que notre solitude ne sera pas un isolement individualiste et une évasion dans l'irréel, mais un authentique renoncement à nous-mêmes qui nous établira dans une intime communion avec Dieu et avec tous les membres du Christ, au-delà de tout le visible.

C'est pourquoi nos Pères ont toujours insisté sur la nécessité, pour le moine, de ne pas accéder prématurément à la vie érémitique, et beaucoup d'entre eux ont considéré comme la "voie royale" une forme de vie monastique où les avantages de la vie commune sont unis en permanence à ceux de la vie en solitude .

(...)

## 15. LA VIE SOLITAIRE

Si une sœur se sent attirée vers une existence plus solitaire, elle pourra, si l'higoumène juge que cet appel vient de Dieu, être autorisée à mener une vie plus retirée à proximité du monastère. La vie solitaire est en effet, selon l'enseignement des Pères, le plus haut degré de la vie monastique.

Mais cette permission ne sera accordée qu'avec une grande prudence et seulement à des sœurs d'âge mûr, possédant une longue expérience de la vie monastique. Selon saint Jean Climaque en effet, “il faut la force des anges pour mener la vie solitaire.”

(...)

## 16. LA CORRECTION DES FAUTES

L'higoumène “doit prendre soin, en toute sollicitude, des sœurs qui ont commis une faute : car ce ne sont pas les bien portants qui ont besoin du médecin, mais les malades (*cf.* Mt 9, 12). Elle doit donc user de tous les remèdes, comme le fait un sage médecin [...]. Elle doit déployer toute sa sollicitude, mettre en œuvre tout ce qu'elle a de savoir-faire et de perspicacité, courir autour des brebis qui lui ont été confiées, afin de n'en perdre aucune. Qu'elle sache que sa mission est de soigner des âmes malades, non de dominer avec autoritarisme sur des âmes saines [...]. Qu'elle imite donc la tendresse paternelle du bon Pasteur qui, laissant sur la montagne quatre-vingt-dix neuf brebis, alla chercher l'unique brebis perdue et compatit à sa faiblesse, au point qu'il daigna la charger sur ses épaules divines et la reporter ainsi au troupeau (*cf.* Lc 15, 3-7).”

(...)

## ÉPILOGUE

On rapporte que l'abbé Pambo, à l'heure même où il quittait cette vie, dit aux frères qui l'assistaient : « Depuis que je suis venu au désert, que je me suis construit une cellule et l'ai habitée, je ne me souviens pas d'avoir mangé du pain sans l'avoir gagné de mes mains, ni jusqu'à présent d'avoir regretté un parole que j'aurais dite. Et voici pourtant que je vais au Seigneur comme si je n'avais même pas commencé à servir Dieu. »

Ce qui importe, en définitive, ce n'est pas de mesurer le chemin parcouru, pour en tirer satisfaction ou découragement, vanité ou impatience. Ce que le Seigneur nous demande chaque jour, à tout instant, c'est de commencer à le servir, persuadés que nous n'avons encore rien fait. Un recommencement perpétuel, oublieux du chemin parcouru, inlassablement confiant dans la miséricorde du Seigneur et la puissance victorieuse de sa résurrection, telle est la perfection à laquelle nous devons tendre en cette vie.

« Car il n'y a pas de fin à la perfection. Toute la vie intérieure du moine, c'est ce pèlerinage jamais achevé vers le lieu du cœur, où nous rencontrons la joie, cette joie lumineuse qui fut celle de la Transfiguration et de la Résurrection, cette réverbération de la lumière divine au plus profond de nous-mêmes. »