



22 août 2025

« Guérison intérieure en Dieu »
(Partie VII)

L'ascèse : sentinelle de la liberté

Alors que nous approchons peu à peu de la fin du thème que nous avons développé ces derniers jours, je suis conscient qu'il y aurait beaucoup d'autres aspects à aborder concernant ce que Dieu nous offre pour la guérison et le renforcement de notre âme.

Ce que je voulais montrer dans cette série, c'est que en tant que catholiques, nous disposons d'un chemin authentique par lequel notre âme, blessée par le péché originel et par nos péchés personnels, peut être restaurée par Dieu. Si nous le parcourons avec persévérance, notre âme guérira de plus en plus et l'Esprit de Dieu pourra imprégner notre être.

Comme je l'ai mentionné dans la première méditation de cette série, je ne prétends pas parler de la guérison des maladies physiques ou des troubles psychologiques graves. Nous n'aborderons pas non plus, dans le cadre de cette série, la situation des âmes soumises à une forte influence démoniaque, car toutes ces situations nécessiteraient une attention particulière.

Aujourd'hui, je voudrais insister sur l'importance d'une ascèse prudente qui fortifie et élève l'âme.

Le terme « ascèse » signifie « combat » ou « effort ». Cela signifie que, avec l'aide de Dieu, nous luttons activement pour reprendre le contrôle de nos pulsions et de nos inclinations négatives. Il s'agit avant tout de renforcer la volonté.

Cet exemple concret nous permettra de mieux comprendre.

Supposons que j'aie tendance à boire trop d'alcool. Je ne parle pas d'une addiction malsaine, qui reflète généralement un problème plus grave, mais de la tendance à consommer plus d'alcool qu'il n'est raisonnable, c'est-à-dire à perdre toute mesure.

Si je me laisse aller à cette mauvaise habitude de consommer de l'alcool de manière excessive et trop fréquente, ma volonté s'affaiblira de plus en plus et je tomberai dans une certaine dépendance à cette substance. Mon âme attendra ce plaisir, avec tous les effets que cela implique, et me le réclamera sans cesse. Même si je suis conscient que cela ne me fait pas de bien, je ne pourrai pas changer tant que je n'aurai pas pris la ferme décision de contrôler ce problème. Il faut un acte de volonté, qui devra se concrétiser avec l'aide de Dieu. Et le plus tôt sera le mieux !

Ce que nous avons dit dans cet exemple sur l'alcool peut s'appliquer à de nombreux autres domaines qui passent plus inaperçus. Il s'agit de tous les aspects de ma vie que je ne contrôle pas avec ma volonté et dans lesquels je me laisse aller d'une manière ou d'une autre, de sorte qu'ils peuvent exercer une domination sur moi. Ce ne sont pas nécessairement des péchés, même si, bien sûr, en cédant à mes faiblesses, je serai plus enclin à y succomber. Il s'agit plutôt de perdre le contrôle de soi, de ne plus être « maître chez soi » en ne contrôlant pas les situations par la raison, la volonté et l'aide du Seigneur.

C'est alors l'ascèse qui nous aidera à retrouver cette maîtrise, grâce à la pratique de l'abstinence. Dans le contexte du sujet que nous traitons, il ne s'agit pas d'un renoncement radical ou absolu à tous les plaisirs naturels, même si cela peut être approprié dans certaines formes de vie particulièrement ascétiques. Nous faisons ici référence à la maîtrise des passions désordonnées, à ne pas se laisser emporter par les pulsions de notre nature humaine déchue.

La guérison de l'âme par une ascèse prudente consiste à lui rendre sa liberté, et donc sa dignité. Ainsi, les blessures profondes infligées par le péché originel peuvent être guéries.

Nous pouvons comparer l'ascèse aux rênes d'un cheval, qui permettent au cavalier de le diriger dans la direction qu'il souhaite. De même, l'ascèse nous aide à emprunter, avec notre volonté et notre compréhension, le chemin que le Seigneur souhaite nous faire suivre.

L'ascèse sera une lutte et un effort constants jusqu'à la fin de nos jours, car nous serons toujours confrontés aux inclinations de notre nature déchue, qui ne seront pas anéanties tant que durera notre vie terrestre. Grâce à l'ascèse, nous pouvons toutefois acquérir une plus grande liberté, même si nous subissons des défaites, et nous pouvons ainsi nous

élever plus facilement vers Dieu. Nous ne nous perdrons plus autant dans les choses de ce monde, car nous ne leur permettrons pas d'exercer leur domination sur nous. Cela s'applique également aux relations avec les autres, qui nécessitent une liberté intérieure pour ne pas créer de liens ni d'attachements désordonnés, et pour pouvoir approfondir de plus en plus les relations véritables.

Dieu est le seul Seigneur de notre vie, et nous voulons lui appartenir entièrement, sans réserve ! C'est pourquoi, par l'ascèse, nous veillons à ce que la domination de Dieu dans notre vie devienne une réalité, sans que notre manque de liberté intérieure et extérieure ne la limite.

Méditation sur la lecture du jour : <https://fr.elijamission.net/2023/08/25/>

Méditation sur l'Évangile du jour : <https://fr.elijamission.net/2022/08/19/>