

7 mars 2026

RETRAITE SPIRITUELLE DE CARÊME

Jour 18 : « La transformation du cœur » (Partie I)

Comme je l'ai annoncé à la fin de la dernière méditation, j'aimerais inclure dans notre itinéraire de Carême une petite série sur la transformation du cœur. D'une part, c'est un thème qui revient sans cesse dans les textes bibliques du Carême, lesquels décrivent comment le cœur humain s'éloigne de Dieu et soulignent clairement les abîmes qui s'y trouvent. D'autre part, il est également opportun d'approfondir ce thème face aux guerres qui sévissent dans le monde et qui, malheureusement, touchent à nouveau la population du Moyen-Orient. La guerre qui vient d'éclater affecte de manière très significative Israël, cette terre où Jésus a accompli l'œuvre de la Rédemption.

Dans le cadre de notre « retraite de Carême », je ne considère pas qu'il soit de mon devoir d'expliquer en détail le contexte politique, social et religieux du conflit entre Israël et l'Iran. Je suis plutôt animé par la question de savoir ce que nous pouvons faire, en tant que disciples du Seigneur, pour contribuer à la paix véritable qui vient de Dieu.

Sans ignorer les multiples problèmes qui peuvent déboucher sur des guerres, nous devons être conscients que toute discorde sur Terre a un point de départ commun : elle survient parce que beaucoup de personnes n'obéissent pas aux commandements de Dieu, ne croient pas en Son Fils comme leur Sauveur et ne vivent pas selon Ses enseignements.

Dieu n'a pas créé l'être humain pour qu'il fasse la guerre et se dispute avec les autres, mais pour qu'il vive en paix avec lui-même et avec les autres dans une communion d'amour. Ce serait le Royaume de Dieu sur Terre ! En tant que disciples de notre Seigneur, nous avons la tâche urgente de travailler à l'expansion du Royaume de Dieu sur Terre, comme nous le prions dans le Notre Père : « Que Ton règne vienne ».

Que pouvons-nous faire, nous, les fidèles, à cet égard ?

1. Annoncer authentiquement l'Évangile, car il n'y aura pas de paix véritable dans le monde tant que les hommes ne se convertiront pas à Dieu.
2. Implorer Dieu avec une grande foi pour obtenir la paix véritable.
3. Approfondir notre propre conversion, la conversion de notre cœur.

Ce dernier point sera notre thème au cours des prochains jours. Pour le développer, je m'appuierai en partie sur des méditations que j'ai déjà publiées.

« C'est du dedans, du cœur des hommes, que sortent les pensées mauvaises, les adultères, les fornications, les homicides, les vols, l'avarice, les méchancetés, la fraude, le libertinage, l'œil malin, la calomnie, l'orgueil, la folie. Toutes ces choses mauvaises sortent du dedans et souillent l'homme » (Mc 7,21-23).

Pour tout avancement spirituel, il sera indispensable d'intérioriser ce passage de l'Évangile. Peu importe le nombre de pratiques et de sacrifices que nous nous imposons, peu importe le nombre de règles que nous suivons, peu importe le nombre de travaux apostoliques importants que nous accomplissons, si nous ne travaillons pas sur notre cœur, il sera difficile pour l'amour de Dieu de grandir en nous. C'est ici que s'appliquent les paroles bien connues de saint Paul : si nous n'avions pas l'amour, tout serait comme de l'airain qui résonne (cf. 1 Co 13, 1). En effet, la purification de notre cœur signifie grandir dans l'amour.

L'intériorisation de ce texte consiste, tout d'abord, à prendre conscience que dans notre cœur habite réellement ce mal dont le Seigneur parle ici. Cette prise de conscience doit nous rendre vigilants et nous libérer de toute illusion sur nous-mêmes. Au début, il peut être douloureux de découvrir tout cela en nous-mêmes. Cependant, si le Seigneur nous le fait voir si clairement, c'est parce qu'il est très important pour Lui que nous ne soyons pas aveugles et que nous ne négligions pas nos propres abîmes : *"Écoutez-moi tous, et comprenez bien "* dit le Seigneur.

Ce sain réalisme qui consiste à nous reconnaître comme des personnes enclines au mal, comme nous l'enseigne la doctrine catholique (Catéchisme, n. 402-403), ne doit pas nous conduire au fatalisme ou à la résignation. Au contraire, elle nous empêche de tomber dans des illusions sur nous-mêmes et dans une sorte de "sainteté auto-produite".

Au contraire, la véritable connaissance de soi est un appel à se tourner vers Celui qui peut nous donner un cœur nouveau (cf. Ez 36, 26). Avec son aide, nous pouvons coopérer pour que la grâce de Dieu fasse de nous des hommes à son image.

Prenons le premier des maux que Jésus mentionne dans l'Évangile de ce jour : les mauvaises pensées. Et à cela, nous pourrions également ajouter les sentiments correspondants.

Comment pouvons-nous vaincre les mauvaises pensées ?

Dans un premier temps, il est nécessaire d'identifier les mauvaises pensées en tant que telles. Pour une personne qui suit le Seigneur, cela ne devrait pas être si difficile. Ici aussi, l'Évangile est une lumière forte dans laquelle nous pouvons reconnaître ce qui se passe en nous ; il en est de même de la présence de l'Esprit Saint en nous, qui nous rappelle les Paroles du Seigneur (cf. Jn 14,26) et devient notre maître dans le processus de purification du cœur.

Cependant, dès la première étape, un obstacle important peut surgir, qui ne nous permet pas de nous engager réellement dans cette voie. C'est l'orgueil, qui ne veut pas admettre que nous avons de mauvaises pensées et qui peut même les justifier. Surtout d'un point de vue spirituel, cela devient un problème sérieux, qui aveugle progressivement la personne. L'orgueil se tient à l'entrée du cœur comme un gardien inflexible, qui ne permet même pas la connaissance de soi.

Pour aujourd'hui, gardons ce qui suit : Un premier pas essentiel pour obtenir un cœur pur est d'être prêt à percevoir sans crainte ni répression notre propre ombre, c'est-à-dire à reconnaître et à admettre le mal qui vient de l'intérieur. Nous devons toujours garder à l'esprit que cela se passe en présence d'un Père aimant, qui veut nous faire sortir des ténèbres pour nous conduire à sa lumière (cf. 1Pi 2,9).

Demain, nous reviendrons sur ce thème...