

L'hésychia comme forme de repos chez les Pères du désert

Le maître-mot de la spiritualité monastique orientale est *hésychia*, que l'on peut traduire de multiples façons : paix, silence, tranquillité, calme, repos, solitude. Dans l'évangile selon Saint Matthieu, le Christ parle du repos promis à tous ceux qui choisiront de le suivre : « Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos (*anapausō*) » (Mt 11,28). Le repos du Christ est bien plus qu'un repos d'ordre physique ou psychologique. C'est un repos spirituel, comme nous l'observons, par exemple, chez Augustin : « *inquietum* est cor nostrum, donec requiescat in te » (« tu nous as fait pour toi, et notre cœur est sans repos tant qu'il ne demeure en toi » *Confessions* 1,1,1).

1 De quel repos parlons-nous exactement ?

Le sens premier de *quies* est repos et calme¹, par conséquent, *inquietum*, qu'il ne faut pas réduire à ces significations d'ordre affectif ou pathologique, doit être compris dans sa signification privative, désignant quelqu'un qui n'a pas le repos ou qui ne trouve pas son calme. Mais une telle attitude est-elle toujours négative, et faut-il nécessairement la juger d'un mauvais œil ? Plus proche de chez nous, dans le *Journal* d'André Gide, il y a cette belle affirmation : « Il y a toujours eu, en regard des satisfaits qui s'installent dans l'époque présente où ils prospèrent et s'engraissent, des esprits inquiets que tourmente une secrète exigence, que ne satisfait point le bien-être égoïste et qui préfèrent la marche au repos. »²

Sans s'attarder trop longtemps sur ces explications, il est évident que l'inquiétude augustinienne est plus proche de l'insatisfaction gidéenne que d'un quelconque trouble ou une agitation sentimentale. Qu'est-ce que

¹ A. ERNOUT et A. MEILLET, *Dictionnaire Étymologique de la Langue Latine*, Paris, Klincksieck, 1932, p. 557.

² A. GIDE, *Journal 1889-1936*, Paris, Gallimard, « Bibliothèque de la Pléiade », 1977, p. 119.

³ Cf. site internet du TLFi (Le Trésor de la langue française).

⁴ G. MADEC, « Libres propos sur les *Confessions* d'Augustin », *Vita Latina* 151 (1998), p. 23.

⁵ *Ibidem*, p. 24.

⁶ Hölderlin, dans une de ses élégies intitulée *l'Errant*, décrit en ces termes le repos qu'apporte la vue de sa patrie : « en bas, dans la vallée où la fleur se nourrit des sources, / S'étend le hameau à l'aise sur la prairie. / Tout est calme ici. Au loin bruit le moulin » (HÖLDERLIN, *Oeuvres*, Gallimard, « Bibliothèque de la Pléiade », 1967, p. 801).

cela signifie ? Que l'inquiétude serait une étape nécessaire vers l'obtention de la quiétude finale, donc, du repos (*requiesco*) ? Dans tous les cas, chez Mt 11,28, *anapausō*, que nous pouvons tenir pour le correspondant grec de *requiescere* latin, contient lui aussi un préfixe (*ana-*) dont le rôle est justement de préciser et de clarifier la signification du verbe qui le suit³. Il y a donc chez l'homme une « bonne inquiétude », voire même une inquiétude nécessaire, qui est la première étape d'un cheminement pouvant le conduire d'un état de dispersion et de tourmente vers une plénitude de paix et de repos (*anapausō*). L'inquiétude marquerait en quelque sorte le début de la crise. Et, dans ce sens, nous nous sentons proches des explications de Goulven Madec lorsqu'il analyse les termes de *quies* et d'*inquietum* dans un registre ontologique : « La *quies*, explique-t-il, ce n'est pas le repos au sens banal ou vague, mais l'assiette de l'être humain dans son lieu propre »⁴. La sentence augustinienne retraduite par Madec nous donne, par conséquent, une meilleure compréhension de ce qui, relatif à Dieu, ne peut être véritablement saisi qu'en termes spirituels : « Tu nous as faits orientés vers Toi ; et notre cœur est déséquilibré, tant qu'il n'a pas retrouvé son équilibre en Toi »⁵. C'est l'être qui parle dans cette sentence et non pas son psychique ou son subconscient.

Comme nous pouvons le voir, lorsque nous parlons de repos, la question qui doit se poser sera, par conséquent, la suivante : qu'est-ce qui nous repose véritablement ? Comment l'homme peut-il demeurer dans « son lieu propre » ? Comment peut-il le reconnaître⁶ ?

2 La spiritualité hésychaste

Pour parler du repos spirituel, la tradition orientale utilise donc le terme d'*hésychia*. Le mot va donner naissance à ce qu'on va nommer par la suite « spiritualité hésychaste » et qui jouera un rôle déterminant dans la vie des moines du désert à partir du IV^e siècle. Selon l'interprétation traditionnelle, ce qui caractérise l'*hésychia*, c'est le fait de « s'asseoir » ou d'« être assis », posture corporelle que nous trouverons aussi dans la Bible dans au moins deux occurrences : dans le *Livre des Lamentations* de Jérémie 3,28 où on dit que l'homme doit attendre « assis, solitaire, en silence » le salut de Yahvé, ainsi que chez le prophète Élie dans le cadre de l'épisode de la sécheresse en Israël où il est dit qu'Élie, une fois débarrassé des faux prophètes de Baal, « monta sur le sommet du Carmel, se courba vers la terre et mit son visage entre ses genoux » (1 R 18,42).

Il est assez évident que la signification de tels gestes ne peut être qu'intérieure puisque, selon l'interprétation d'un moine plus proche de notre

temps, le père André Scrima (1925-2000), ces gestes de stabilité externe (ou « d'équilibre ») transposés au niveau de leur signification interne ne représentent rien d'autre que « les mouvements intérieurs » de l'âme : « Je ne bouge pas, mais je suis entièrement un mouvement intérieur, je suis entièrement métamorphose »⁷. C'est le genre d'expérience conçue pour perturber les repères habituels ou, au mieux, leur offrir un sens plus profond. L'image physique, matérielle, n'est en ce sens que suggestive pour décrire un mouvement dont le sens reste avant tout spirituel. Car le but principal de l'*hésychia* est l'union intime avec Dieu : « Hésychaste est celui qui – oh ! paradoxe ! – s'efforce de contenir l'infini de l'Esprit dans la petite chambre de son corps »⁸. Voilà pourquoi on ne peut pas parler d'hésychia en termes stricts de « méthode » ou de « technique » puisque celles-ci, bien que présentes, ne sont que secondaires par rapport à ce que vise l'*hésychia*. Ce que l'hésychaste cherche, ce n'est pas une meilleure concentration dans la prière par le moyen de quelques techniques, mais il cherche à devenir lui-même, dans sa totalité, une prière, un être orant.

⁷ A. SCRIMA,
Despre isihasm,
Bucarest,
Humanitas,
2003, p. 84.

⁸ JEAN CLIMAQUE,
PG,
vol. LXXXVIII,
col. 1097 C.

3 Les deux formes d'hésychia

Irénée Hausherr distingue deux types d'*hésychia* : une extérieure (par rapport aux choses, aux personnes, aux réalités environnantes) et une intérieure (celle qui se passe dans l'homme et qui vise la tranquillité de l'âme)⁹. Un apophtegme de l'abbé Macaire peut mieux nous éclairer sur ces distinctions : « L'abbé Moïse dit à l'abbé Macaire à Scété : “Je veux vivre dans la retraite et les frères ne me laissent pas tranquille”. L'abbé Macaire lui dit : “Je vois que tu es d'un naturel affable et que tu ne peux éconduire un frère ; mais si tu veux vivre dans la retraite (*hésychia*), va dans le désert intérieur, à Petra, et là tu seras tranquille”. Ainsi fit-il et il fut satisfait »¹⁰.

⁹ Cf.
I. HAUSHERR,
*Solitude et vie
contemplative
d'après
l'hésychasme*,
coll. Spiritualité
orientale, n°3,
Abbaye de
Bellefontaine,
1980, p. 11.

Pour des générations entières de moines, le désert égyptien a incarné le lieu du calme, de la paix et du repos. Le désert n'était pas ce lieu inhospitalier où l'on se rendait uniquement pour combattre les démons, car ce que le moine allait y chercher, c'était le repos de son âme en Dieu : « Je vais la séduire, je vais l'entraîner jusqu'au désert, et je lui parlerai cœur à cœur » (Os 2,16). C'est donc une expérience de foi que l'hésychaste est amené à faire, certes radicale, mais néanmoins indispensable s'il décide de consacrer sa vie à Dieu : « L'abbé Alonios a dit : “Si l'homme ne dit pas dans son cœur : Moi seul et Dieu sommes en ce monde, il n'aura pas de repos” »¹¹.

¹⁰ Les
*sentences
des Pères
du désert*,
collection
alphabétique,
Macaire
22, Abbaye
Saint-Pierre
de Solesmes,
1981, p. 181.

¹¹ *Ibidem*,
Alonios 1, p. 57.

Si on reprend la distinction d'Irénée Hausherr entre l'*hésychia* extérieure et l'*hésychia* intérieure, le premier type de repos auquel le moine

aspire est par rapport au vacarme du monde extérieur, son incessant affairement, son bavardage et son agitation en permanence. Tout ce que nous, en langage moderne, pourrions même désigner par le mot de « stress ». À cela, il n'y a qu'une solution possible : partir, s'enfouir au plus loin dans le désert à la recherche « du murmure de la brise légère » (cf. 1 R 19,12).

4 La « fuite du monde »

Le personnage emblématique de cette fuite, et dont la radicalité constituera un exemple d'inspiration pour des générations entières de moines, est la figure d'Arsène le Grand, moine du désert de Scété aux IV-V^e siècles. C'est de lui que nous vient la sentence suivante :

« L'abbé Arsène, étant encore au palais, priait Dieu en disant : "Seigneur, conduis-moi de façon que je sois sauvé". Et une voix lui vint qui dit : "Arsène, fuis les hommes et tu es sauvé". Le même, s'étant retiré dans la vie solitaire, pria de nouveau "en disant la même parole" (Mt 26,44) et il entendit une voix lui disant : "Arsène, fuis, tais-toi, reste dans le recueillement : ce sont là les racines de l'impeccabilité". »¹²

¹² *Ibidem*,
Arsène 1 et 2,
p. 23.

Ce qui frappe chez l'abbé Arsène, jusqu'à être incompris par ses propres pairs, c'est impossibilité apparente de concilier présence auprès de Dieu et présence au milieu des hommes. Cependant, devons-nous comprendre cette fuite dans sa signification primaire ou devons-nous la placer dans un contexte plus large où ce qui est visé, ce n'est pas la fuite en tant que telle, mais le désir de trouver le repos en Dieu ? La fuite n'est pas faite pour éviter le contact avec les hommes mais pour s'approcher mieux de Dieu : « quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret » (Mt 6,6). Ne faut-il donc pas juger ce comportement dans les termes d'une disposition intérieure que la fuite et bien d'autres comportements encore (comme la folie) ne feront que mieux servir ? Une autre sentence de l'abbé Macaire raconte ceci : « l'abbé Aio demanda à l'abbé Macaire : "Dis-moi une parole". L'abbé Macaire lui dit : "Fuis les hommes, reste assis dans ta cellule et pleure tes péchés ; n'aime pas le bavardage des hommes et tu es sauvé" »¹³.

¹³ *Ibidem*,
Macaire 41,
p. 188.

5 Une soif d'absolu

L'expérience monastique doit donc être saisie à son origine, dans le point focal où se fonde l'expérience spirituelle de tout homme avec Dieu. C'est

cette expérience qui constitue en définitive la grande aventure de l'homme et par rapport à laquelle le monachisme ne peut tendre à être moindre, au risque de tomber lui-même dans la banalité d'une recherche parmi d'autres... Le repos spirituel marquerait ainsi l'aboutissement d'une très longue marche, dont on peut se demander si elle n'est pas intrinsèque à la foi même du chrétien, constamment tiraillée entre les impératifs de son monde et les exigences de la foi. Désirer le repos, ce n'est pas se complaire dans l'oisiveté, mais avoir soif d'absolu. C'est ce désir qui motive les choix de vie les plus audacieux et les plus vrais. Pour cela, une dernière histoire pourra encore nous éclairer :

« Un jeune homme voulait quitter le monde. Au moment de partir, ses pensées le retinrent souvent en l'engageant dans diverses affaires, car il était riche. Un jour, au moment où il partait, elles l'obsédèrent et mirent tout en œuvre pour le retenir encore. Mais lui se dépouilla tout d'un coup, jeta ses habits et courut tout nu aux monastères. Le Seigneur apparut à un ancien et lui dit : "Lève-toi, reçois mon athlète". L'ancien se leva et alla au-devant de lui. Il fut dans l'admiration en apprenant la chose et lui donna l'habit. Lors donc qu'on venait interroger l'ancien sur divers sujets, il répondait ; mais s'il s'agissait du renoncement, il disait : "Allez interroger ce frère". »¹⁴

Ce dernier exemple nous permet de terminer ce bref exposé par une dernière interrogation : qu'est-ce qui est essentiel pour l'homme ? Cet essentiel ne réside-t-il pas aussi dans cette quête de simplicité, de sobriété et de silence auxquels de plus en plus de nos contemporains aspirent ? D'où l'importance de l'*hésychia*. Et curieusement, à l'encontre de toute une logique productiviste, se reposer de temps en temps est bien plus porteur de promesse qu'une agitation en permanence : l'éclair « avant de devenir éclair, doit rester longtemps dans les ténèbres, dans les nuages noirs, sombres, de l'orage. »¹⁵

Mihai Iulian DANCA
Augustin de l'Assomption
(Centre Œcuménique Saint-Pierre – Saint-André, Bucarest)

¹⁴ *Les sentences des Père du désert, série des anonymes*, coll. Spiritualité orientale, n.°43, Abbaye de Bellefontaine, 1985, p. 31.

¹⁵ A. SCRIMA, « Pourquoi m'appellez-vous Seigneur, Seigneur ? (Lc 6,46-7,1) – Homélie n°22, 3 octobre 1973 », *Contacts* 203 (2003), p. 294.