BENOIT DE NURSIE

Recherche de Dieu dans le silence, l'équilibre et la Paix intérieure

Benoît de Nursie se caractérise par sa recherche de Dieu dans le silence, l'équilibre et la paix intérieure. Saint Benoît est donc considéré comme un des Pères fondateurs de la vie monastique.

Dans sa *Règle de vie*, Benoît fixe **trois conditions pour encadrer la prière**.

1/Silence extérieur et intérieur

La *première condition* exige que la prière soit vécue dans un grand silence extérieur et intérieur. **Il ne peut y avoir de véritable recherche de Dieu et des profondeurs de son amour dans un climat de bruit ou de haute frénésie**. Le désir de silence et de désert reste indispensable pour vivre un contact intime avec Dieu.
Il est remarquable de constater que les abbayes sont souvent établies dans des endroits calmes et retirés. **Dans le silence s'installe une paix au cœur** de la personne et de son être profond qui favorise la rencontre intime avec Dieu.

La paix du cœur est une condition indispensable selon Benoît pour bien entrer en dialogue d'amour avec Dieu.

2/Vivre sous le regard de Dieu

La *deuxième condition* ou caractéristique majeure de la spiritualité bénédictine est de vivre sous le regard permanent de Dieu en toute humilité. Cela veut dire que **le moine doit de se présenter chaque jour devant Dieu tel qu'il est et non tel qu'il se rêve**.

L'humilité, pour le moine, c'est reconnaître qui il est, avec ses faiblesses et ses forces, en reconnaissant que tout vient de Dieu. Forces ou faiblesses sont dons de Dieu. Paul, l'apôtre ne disait-il pas : c'est lorsque je suis faible que je suis fort.

Vivre sous le regard de Dieu, c'est accepter de tout recevoir de Lui, d'apprendre à le reconnaître et à l'aimer. **Le moine donne la première place à Dieu au cœur de son existence**. Cette attitude de vie colore tous les gestes et les actes accomplis dans une journée. Vivre sous le regard de Dieu ouvre l'âme à une conscience du bien et à un agir moral responsable et suscite le goût de poser des gestes de charité.

3/Équilibre de vie

La *troisième condition* qui fonde la prière de Benoît est la **recherche d'un équilibre de vie**. Benoît prône la répartition quotidienne **en trois temps de même durée** :

- *Huit heures de prière* en commun, dans la chapelle du monastère, à chanter les psaumes, à entendre la Parole de Dieu et à célébrer la sainte Eucharistie.
- *Huit heures de travaux*, réparties dans la journée. Ces derniers peuvent être soit intellectuels, ou soit manuels.
- *Huit heures de repos* incluant le sommeil, les siestes, les repas et les récréations.

Cela fait donc une journée basée sur l'équilibre parfait des trois séquences de huit heures.

Cet équilibre permet une recherche sereine et dynamique de la présence de l'amour de Dieu au cœur d'une vie.

Les attitudes fondamentales de la prière

Aux conditions de la prière, Benoît ajoute des attitudes fondamentales. Elles sont clairement définies au début de sa *Règle de vie dans le prologue*. Voici ce qu'il écrit :
Écoute, ô mon fils, l'invitation du maître,
Incline l'oreille de ton cœur,
Recueille avec amour l'avertissement du Père qui t'aime
Et par tes actes accomplis-le!

Reprenons ici chaque attitude, présentée comme un conseil, pour en saisir la richesse spirituelle.

- Une attitude d'écoute

Écoute, ô mon fils, l'invitation du maître.
Ici, Benoît fait parler Dieu et invite celui qui veut se faire moine ou celui qui veut suivre le Christ, à **une recherche de son amour et de sa présence, à une ouverture d'esprit et de cœur**. Il lui demande de se rendre disponible à une invitation, celle de suivre le maître dans une vie de silence et de prière. Écouter est beaucoup plus qu'entendre.
Entendre, c'est percevoir des sons ou des mots qui parviennent à l'oreille. Or, **écouter, c'est entendre avec son être, son cœur, et ses émotions**.

Écouter engage la personne dans une dynamique de relation avec la personne qui interpelle. Ici, Dieu appelle et le moine est invité à bien saisir le message prononcé pour ne rien perdre de sa richesse et de sa profondeur. Savoir écouter, c'est prendre conscience que Dieu est amour et se fait parole.

- Une attitude d'approfondissement

Incline l'oreille de ton cœur.
En plus d'écouter le moine est invité à se pencher sur sa vie pour bien y **saisir la présence de Dieu et son agir d'amour**. Au cœur de l'histoire personnelle de chacun, Dieu se manifeste.

Benoît invite à incliner l'oreille pour comprendre; l'oreille du cœur, celle de la communication intérieure, du second regard sur les réalités. Ici, il est demandé d'écouter en y regardant de plus près, comme lorsqu'un enfant parle et qu'il faut se pencher sur lui pour bien saisir son message.

Le Maître invite le moine à poser un regard sur sa propre vie pour bien comprendre qu'Il s'adresse à lui avec ses forces et ses faiblesses. Cette invitation s'inscrit dans l'histoire personnelle de chaque moine pour bien lui montrer que Dieu habite sa vie et qu'il est appelé à la sainteté.

- Une attitude de reconnaissance

Recueille avec amour l'avertissement du Père qui t'aime.

Benoît exprime ici que Dieu est Père et qu'il prend soin de chacun de ceux qu'il appelle. Il dit aussi que le moine doit recueillir pour recevoir cet appel de Dieu. Recueillir veut dire cueillir de nouveau. Donc, l'amour de Dieu est en chaque moine depuis son baptême et il est renouvelé lors de l'appel de Dieu à la vocation monacale.

Benoît souligne que cet appel doit être repris par chaque moine à son propre compte. **Il veut éveiller sa conscience d'un Dieu qui l'aime comme un père et qui veut son bien**. Ce père donne un avertissement, un conseil d'amour, porte une attention à son fils pleine de tendresse. Voilà pourquoi le moine est invité à une vive reconnaissance dans l'action de grâces pour ce Dieu qui prend soin et qui avertit avec tant de douceur.

Une attitude de charité

Et par tes actes accomplis-le.

Benoît veut bien faire comprendre ici que cette invitation à suivre le Christ, n'est pas seulement une idée ou une façon de penser. Cela a des implications concrètes dans une vie.

Le moine est invité à imiter le Christ dans sa relation d'amour à son Père et dans une recherche du silence et d'une prière continue. Cela doit aussi se traduire par une manière pratique **de se tourner avec délicatesse vers les autres**, de les servir et de les aimer.

Pertinence pour aujourd'hui

Dans un monde agité et en mouvement comme le nôtre est-ce pensable d'avoir une vie de prière dans le silence, dans la paix et dans l'équilibre? Certes les moines et les moniales le vivent. Mais pour le commun des mortels?

Il est des moments de la vie qui peuvent nous amener au silence et à la quiétude du cœur…

- Le matin au lever ou le soir au coucher.
- Il est possible de prendre quelques instants de recueillement pour penser à Dieu.
- Prendre un moment de prière plus silencieuse, plus amoureuse, plus en contact intime avec Dieu. Se recueillir.
- Marcher silencieusement dans un bois, faire du ski de fond, être en chaloupe sur un lac.
- Contempler un coucher de soleil, être tranquille au milieu d'un champ, faire du vélo de montagne.

… ne sont-ce pas des conditions idéales pour écouter, tendre l'oreille du cœur et recevoir l'amour de son Dieu pour ensuite, au retour de ce temps de nature et de silence, accomplir la charité?

Il est bon de constater qu'**il est possible de se donner des instants de contemplation** en nature, des pauses silencieuses au cœur de la ville et que cela se rapproche de la façon bénédictine de prier.

En effet, ces moments sont des temps de paix, de silence et d'équilibre qui ouvrent le cœur à une écoute de Dieu et à une intériorisation de son amour.