

Écrit spirituel : Rabbin Abraham Joshua Heschel

« Du repos pour le bénéfice de la vie spirituelle »

L'objectif le plus important de la vie spirituelle n'est pas d'accumuler une quantité énorme d'information ; il s'agit plutôt de **consacrer du temps à ce qui importe vraiment**. En ce qui concerne l'expérience religieuse, il y a, pour la personne humaine, signe de présence spirituelle : Ce qui demeure dans l'âme est un moment de prise de conscience, un moment d'inspiration [...] Ce moment d'inspiration vaut tout l'or du monde ; il nous transporte au-delà des limites du temps confiné. La vie spirituelle commence à se détériorer quand nous cessons de sentir la grandeur de ce qui a valeur d'éternité ici-bas. **L'homme** qui veut entrer dans la sainteté du jour (du Sabbat) [...] doit s'interdire le travail manuel ; il **doit arriver à comprendre que le monde a déjà été créé : il va bien survivre sans l'aide de l'homme**. Durant six jours, nous nous débattons avec les problèmes du monde ; [...] Le jour du Sabbat, nous cultivons avec soin la graine d'éternité semée dans notre âme [...] Six jours par semaine, nous nous efforçons de dominer le monde ; le septième jour, nous tâchons de prévaloir sur nous-mêmes.

Le Sabbat est **le jour où l'enjeu est la vie** [...] Ce jour-là, nous ne visons pas à augmenter le rendement dans notre travail. [...] Le septième jour, Dieu se reposa. Lorsque nous travaillons, nous exerçons un métier, mais **lorsque nous nous reposons, nous pratiquons un art**. Le repos **concilie le corps, l'esprit et l'imagination**. **Le septième jour est le palais** que nous construisons dans l'intervalle temporel : **ses matériaux sont l'âme, la joie et la retenue**.

Qu'est-ce qui a été créé le septième jour ? La sérénité, la paix et le repos. Pour un esprit nourri de la Bible, **le repos équivaut au bonheur, à la tranquillité, à la sérénité, à la paix et à l'harmonie** : « Le Seigneur est mon berger, rien ne me manque. Sur des prés d'herbe fraîche, il me parque. Vers les eaux du repos, il me mène. » (Ps 22)

« Prends ton repos en écartant même la pensée du travail. »¹ Abraham Joshua Heschel².

Quelques pistes pour intérioriser cet écrit spirituel :

D'abord...

- Je **commence** par déterminer le **moment**, le **lieu** et la **durée** de ma prière.
- Je **me dispose** sous le **regard de Dieu**, son regard qui m'aime et m'accueille tel que je suis.
- Je lui **demande la grâce** de **m'ouvrir à son Esprit**, et de me laisser guider par lui pour **mieux comprendre** comment et où le servir, selon son désir.

Puis... à un moment où je suis disponible intérieurement, où j'ai du temps, un moment de repos...

- **Je lis lentement ce texte** écrit par un Rabbin du XX^e siècle. Je laisse les mots résonner, ils parlent de ce qui est le plus important dans la vie. **A priori, qu'est ce qui me semble le plus important ?** (mes loisirs, mes relations, mes familles, ma communauté, mon travail, mes engagements, le repos...)
- « **Le monde a déjà été créé : il va bien survivre sans l'aide de l'homme.** » **Comment réagir à cette phrase ?** Ne balaie-t-elle pas d'un revers de main l'importance de notre engagement dans le monde ? Et pourtant une sagesse libératrice se dégage de cette petite sentence...
- « **Un palais que nous construisons** ». Le repos est l'art de construire avec **l'âme, la joie et la retenue**, et les fruits en sont **le bonheur, la tranquillité, la sérénité, la paix et l'harmonie**. Je fais mémoire de ces moments et en essayant de voir où je pourrais vivre à nouveau de tels moments de « création en repos » !

Je termine avec une prière d'Église et en parlant à Dieu **comme un ami parle à un ami**.

1 Source © http://www.fsc-canada.com/formation_continue/lectures/2015-10-02-bonsaint.pdf

2 Informations : https://fr.wikipedia.org/wiki/Abraham_Joshua_Heschel