Mercredi de la 3ème semaine de Carême – par Laurence Freeman, osb

«Elle est étroite, la porte, il est resserré, le chemin qui conduit à la vie ; et ils sont peu nombreux, ceux qui le trouvent.» Comme le symbole chrétien de l'esprit de pauvreté ou l'idée bouddhiste de la vacuité, l'étroitesse ne semble pas très attrayante de prime abord. Nous l'associons à la contrainte, à une restriction de notre liberté de mouvement, et intellectuellement à des points de vue bornés et préconçus. Qu'y a-t-il donc de bon dans la voie étroite ?

Tout d'abord, elle est réaliste. Lorsque vous prenez en photo un gros plan, vous centrez sur le sujet en zoomant le plus possible tout en gardant la mise au point. Vous arrivez ainsi plus près du sujet, même si vous en êtes loin physiquement. Si vous souhaitez prendre un panorama, vous devez aussi vous centrer sur quelque chose, mais en gagnant en largeur de champ vous perdez en proximité. La voie étroite est un bon symbole car elle suggère la solitude qui désigne le caractère unique de la rencontre personnelle et non l'isolement. Quand vous marchez avec d'autres sur un sentier étroit, vous devez avancer en file indienne, mais néanmoins vous vous sentez ensemble.

La méditation est une voie étroite - solitaire et en mode zoom, entièrement centrée sur le mantra. Mais après la méditation, lorsque vous revenez aux larges autoroutes de la vie, vous effectuez un zoom arrière et tout le contexte devient visible - ou tout au moins ce que vous pouvez voir de l'ensemble. Le tableau d'ensemble devient plus net et vous avez une meilleure mise au point en raison du temps passé en gros plan.

Quand on regarde une grande vue panoramique, on recherche intuitivement des objets ou des angles sur lesquels on peut focaliser et qui organisent et donnent sens à une vue qui balaye largement. Le temps que nous passons sur le chemin étroit n'est pas sans rapport avec les voies affairées de la vie. En fait, avec suffisamment de pratique, nous ne perdons pas l'attention rapprochée des temps de méditation, même lorsque nous sommes à nouveau plongés dans l'activité et l'interaction. Cette capacité à maintenir un double foyer – être immobile au cœur de l'action, être silencieux tout en communiquant - est ce que Jésus désigne comme la «seule chose nécessaire» quand il calme la Marthe fragmentée.

La voie étroite mène à une vie bien vécue, la file indienne mène à la communion, la vision zoomée au panorama cosmique. Sont-ils «peu nombreux, ceux qui la trouvent» ? Cela ne signifie pas que seuls quelques privilégiés y sont admis, mais que peu nombreux sont ceux qui donnent un espace et du temps dans leur journée pour la découvrir. Toute personne qui l'a trouvée regrette comme Jésus qu'il n'y ait pas davantage de personnes à le faire.

Voilà ce à quoi sert surtout le Carême, approfondir notre connaissance de la voie étroite.