



# OASIS

RESSOURCE POUR LES CATÉCHISTES &  
LES ACCOMPAGNATEURS DU CATÉCHUMÉNAT

N°24  
TRIMESTRIEL  
ÉTÉ 2022



## LE CŒUR DANS LA BIBLE

Évoquer la vie spirituelle  
c'est souvent parler du cœur

## L'INTÉRIORITÉ, DIEU AU CŒUR DE L'HOMME

Dans la vie chrétienne, prière  
et vie quotidienne se fécondent

## ANIMATION

La chambre, lieu de ressourcement



# CONTEMPL'ACTIF

“ Là où il y a des chrétiens, quiconque doit pouvoir trouver une oasis de Miséricorde ” - Pape François

# SOMMAIRE

## QUE DIT LA BIBLE ?

Le cœur dans la Bible

04

## L'ANIMATION

La chambre, lieu de ressourcement

06

## LA PRIÈRE

08

## LA QUESTION DES LECTEURS

Comment éveiller à l'intériorité ?

09

## L'ART POUR DIRE DIEU

09

## UN PEU DE THÉOLOGIE

L'intériorité, Dieu au cœur de l'homme

10


## POUR APPROFONDIR

12



L'OASIS N°24- ÉTÉ 2022  
Contempl'actif

Revue du SNCC  
Service national de la catéchèse  
et du catéchuménat  
58 avenue de Breteuil 75007 Paris  
01 72 36 69 89  
catechese.catholique.fr

 [www.facebook.com/  
Catechese.Catechumenat](http://www.facebook.com/Catechese.Catechumenat)

Directrice de la publication :  
Pauline Dawance  
Directrice du SNCC

Rédacteurs en chef :  
Cécile Eon  
P. Christophe Sperissen

Secrétariat de rédaction  
et relation abonnés :  
Maïté Bordenave  
maite.bordenave@cef.fr

Comité éditorial :  
Catherine Saba  
Carole de Villeroché  
Sébastien Vereecken

Conception graphique :  
Elvire Thonnat



## L'ÉDITORIAL

Me retournant, je suis happée par le regard de celui qui m'appelle par mon prénom. Un regard profond, lumineux, empreint de paix et de bonté. André, religieux, m'a fait la grâce de ce regard, reflet d'une riche vie intérieure. Il sera un témoin important sur mon chemin de foi, un « éveilleur ».

Nous savons l'importance pour un enfant de l'ouverture à la vie intérieure qui sera comme une colonne vertébrale pour poser des choix, tenir debout dans la vie. Les adultes ont parfois aussi besoin d'être initiés à cette intériorité. Pensons au désarroi de beaucoup, « arrêtés » subitement dans leur rythme de vie effréné lors de la pandémie de Covid-19. Cette « pause » a pu les conduire à explorer leur vie intérieure.

La foi chrétienne propose une infinie quantité de chemins

pour nourrir cette intériorité : la prière, lieu d'écoute, de rencontre avec le Ressuscité (combien de jeunes font l'expérience marquante du silence à Taizé ?), le témoignage des saints mais aussi de contemporains habités d'une présence, un séjour en abbaye, une lecture spirituelle, une célébration eucharistique en communauté, un temps d'adoration... Fort de ces nourritures spirituelles, la vie prendra un nouveau souffle pour l'action.

Prenons soin de nourrir notre vie intérieure, de nous laisser habiter par la présence du Seigneur. Nous serons alors des témoins rayonnants... prêts à l'action !

Cécile Eon  
Rédactrice en chef de *L'Oasis*

L'intériorité  
est nécessaire  
pour aller  
mettre au  
monde le  
message  
de feu  
que Jésus  
nous a  
transmis.

*Martin Steffens*



Christi en gloire - Basilique du Sacré Cœur - Paris - Olivier Metzson

## QUE DIT LA BIBLE ?

# LE COEUR DANS LA BIBLE

Évoquer la vie spirituelle c'est souvent parler du cœur

Évoquer la vie spirituelle c'est souvent parler du cœur, lieu de la rencontre et de l'expérience avec Dieu. Dans la Bible l'intériorité est évoquée à partir de l'image du cœur.

### Par où commencer pour parler du cœur dans le texte biblique ?

Sans hésiter, par le plus concret ! D'abord il faut souligner que le terme est très présent dans le texte biblique. Le mot *lev* ou *levav* y est extrêmement fréquent. On le trouve huit cent cinquante-huit fois dans le Premier Testament. Hormis cinq occurrences, il est toujours employé pour décrire la personne humaine.

Mais comprendre ce que signifie le cœur nécessite de le resituer dans le contexte des connaissances de

l'époque. Que savaient les rédacteurs de la Bible de l'organe physique qui se loge au sein de notre poitrine ? L'exemple de Nabal en 1 Samuel 25, 37 laisse penser que de forts écarts existent entre leur connaissance et la nôtre. On peut ainsi lire : « Le lendemain matin, après que Nabal eut cuvé son vin, sa femme l'informa de ce qui s'était passé. Alors le cœur de Nabal défailloit dans sa poitrine, et lui-même fut comme pétrifié. » Sachant que Nabal survivra encore dix jours à cet « arrêt cardiaque », cette description nous laisse songeur.

### Le lieu de l'intimité et de la rencontre avec Dieu

L'Hébreu sait que le cœur se situe dans le corps, dans la poitrine et que l'organe est soumis à des variations en période de stress ou d'efforts excessifs. « Mon cœur

en moi s'est brisé, tous mes os frémissent. » (Jr 23, 9)  
L'important semble être que symboliquement le cœur est au centre. Comme pour les entrailles et les reins, la symbolique biblique donne une grande place à ce qui est au plus intérieur de la personne, ou dit autrement, en son cœur. L'organe représente alors un des lieux les plus intimes de la personne auquel seul Dieu a accès. « Dieu ne l'eût-il pas découvert, lui qui connaît le fond des cœurs ? » (Ps 43, 22)

Dieu connaît les cœurs et il parle au cœur des personnes. C'est également cette centralité et cette intériorité du cœur qui en fait le siège de ce qui est essentiel pour la personne. Ainsi, le Décalogue utilise à bon escient la demande suivante, « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta force. Ces paroles que je te donne aujourd'hui resteront dans ton cœur. » (Dt 6, 5-6) C'est en cela que le cœur est convoqué dans la Bible comme le lieu d'une réalité psychologique et spirituelle.

#### **Le lieu du désir et des émotions**

Étant au plus près du centre de la personne, le cœur est ainsi le lieu du désir, de ce que l'on souhaite ou de ce que l'on craint. S'il est bien connu que « le vin réjouit le cœur de l'homme » (Ps 103, 15), le cœur est d'abord et surtout activé par les émotions qui traversent la personne. Le cœur peut ainsi être en joie ou abattu, être faible (Is 7, 4), se liquéfier (Dt 20, 8) ou s'écouler comme de l'eau (Jos 7, 5). Le cœur est donc un organe volatile, soumis aux interactions avec ce qui l'entoure. Or, les émotions sont des bons indicateurs du désir. La personne peut désirer réaliser un projet ou une action. Si elle a le courage pour le faire, elle a alors du cœur. « Tu as répondu au désir de son cœur, tu n'as pas rejeté le souhait de ses lèvres. » (Ps 20, 3)

#### **Le lieu de la vérité**

Pour autant, le cœur n'est pas seulement le siège des émotions et du désir. Il est également le témoin et le signe de l'intégrité de la personne, de ce qu'elle veut, ce qu'elle cherche, ce qu'elle espère, en un mot de qui elle est. L'intégrité du cœur est ainsi recherchée par le juste. « J'ai fait cela, le cœur intègre et les mains innocentes. » (Gn 20, 5) Un cœur unifié garantit que Dieu sera à la bonne place dans la vie de la personne, comme un cœur loyal garantira que la personne ne soit pas dans la duplicité ou la division. Par contre, Dieu développe une attention particulière aux cœurs brisés, brisés par la vie, la souffrance, l'injustice. « L'esprit du

Seigneur Dieu est sur moi parce que le Seigneur m'a consacré par l'onction. Il m'a envoyé annoncer la bonne nouvelle aux humbles, guérir ceux qui ont le cœur brisé[...] » (Is 61, 1) Le cœur est donc un organe qui semble en première ligne dans nos relations. C'est lui qui témoigne de l'intention de la personne, c'est également lui qui en subit le premier les conséquences en cas de tensions.




## **Un cœur unifié garantit que Dieu sera à la bonne place dans la vie de la personne**

#### **Le lieu de la relation**

Cette dimension relationnelle explique que la Bible recommande que le cœur soit circoncis et fustige ceux dont le cœur ne l'est pas. « Soyez circoncis pour le Seigneur, enlevez le prépuce de votre cœur » (Jr 4, 4). Si dans la Bible les organes relationnels doivent être circoncis (sexe, oreille, bouche, cœur, ...) c'est que l'opération crée le vide et le manque nécessaire pour rentrer

en contact avec l'autre. Le cœur est donc un organe sensible, propre à la personne qui en a la responsabilité. Quand le cœur du méchant insiste à faire le mal alors la Bible raconte que Dieu peut « endurcir » son cœur, comme il le fait avec Pharaon au moment de la sortie d'Égypte. L'expression témoigne qu'une cohérence doit être à l'œuvre dans la vie de chacun. C'est là tout l'enseignement du Christ dans les Béatitudes ou quand il enseigne « là où est ton trésor, là aussi sera ton cœur. » (Mt 6, 21)

**Marie-Laure Durand, bibliste,  
Institut de Sciences et Théologie des Religions  
(ISTR) de Marseille**



**Et puisque désormais  
libre, je ne veux  
plus rien posséder,  
désormais tout  
m'appartient et ma  
richesse intérieure est  
immense.**

*Etty Hillesum, Une vie bouleversée*

# La chambre, lieu de ressourcement

Parmi les lieux de ressourcement, la chambre est un lieu important pour chaque personne, un lieu intime. Le Christ parle de la chambre comme lieu de l'intériorité : « Toi 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). À partir de ce lieu, je peux m'interroger sur les moyens et les conditions de l'intériorité dans ma vie de baptisé, disciple-missionnaire.



2

## Le coin prière

Que révèle mon coin prière de ma sensibilité, de mes expériences spirituelles ?

1

## Le lit

Est-ce que j'accepte de me reposer / de me poser pour me ressourcer et prendre soin de ma vie intérieure ?



Cliquez ici et suivez le guide  
pour votre rencontre entre  
catéchistes ou animateurs



3

## Les portraits

Quelles sont les personnes  
qui m'ont éveillé à l'intériorité  
et à la vie spirituelle ?

4

## La fenêtre

La vie du monde est-elle  
présente dans ma vie de prière  
ou reste-t-elle de l'autre côté  
de la fenêtre de ma chambre ?

5



6



## Le bureau

Comment ma vie intérieure rejaillit-elle  
dans mes activités professionnelles  
et mes engagements ?

## L'armoire

Quels sont les domaines de ma vie  
spirituelle que j'aimerais faire grandir  
et qui sont enfouis au fond de l'armoire ?

# PRIÈRE

Bien tard, je t'ai aimée,  
ô beauté si ancienne  
et si nouvelle, bien tard,  
je t'ai aimée !

Et voici que tu étais au-dedans,  
et moi au-dehors,  
et c'est là que je te cherchais,  
et sur la grâce de ces choses  
que tu as faites,  
pauvre disgracié,  
je me ruais !

Tu étais avec moi  
et je n'étais pas avec toi ;  
elles me retenaient loin de toi,  
ces choses qui pourtant,  
si elles n'existaient pas en toi,  
n'existeraient pas !

Tu as appelé, tu as crié  
et tu as brisé ma surdité ;  
tu as brillé, tu as resplendi  
et tu as dissipé ma cécité ;  
tu as embaumé, j'ai respiré  
et haletant j'aspire à toi ;  
j'ai goûté, et j'ai faim et j'ai soif ;  
tu m'as touché  
et je me suis enflammé  
pour ta paix.

*Saint Augustin,  
Les confessions 10, 27*



Écouter le chant  
*Jésus le Christ, lumière intérieure*





# LA QUESTION DES LECTEURS

« *Comment éveiller à l'intériorité ?* » **Damien, catéchiste.**

Nous souhaitons que ceux que nous accompagnons rencontrent vraiment le Christ, qu'ils aient une relation d'intimité avec lui. Nous savons bien qu'il ne suffit pas de connaître beaucoup de chose sur Dieu. Il est indispensable de réserver des temps pour le rencontrer au plus profond de notre cœur. Cela paraît un défi dans ce monde tourbillonnant d'activités et d'informations. Catéchistes, accompagnateurs, prenons soin de notre propre vie intérieure pour transmettre (plus facilement ou naturellement) ce dont nous vivons ! Tout chemin d'intériorité prend en compte tout l'être, corps-esprit-cœur (âme), pour initier progressivement au silence, à l'écoute des Écritures, à la reconnaissance de la présence aimante de Dieu, ... et aider petit à petit chacun à trouver sa manière particulière de vivre avec le Christ et d'en témoigner :

- En osant sortir de nos habitudes pour profiter de lieux, qui portent à l'intériorité, poussent au recueillement : nature, église, lieu de pèlerinage.
- En prenant soin du cadre lors de nos rencontres (quelques objets parfois suffisent : icône, croix, bougie, Bible...) et des attitudes (ambiance, posture...)
- En participant à la liturgie de l'Église et en découvrant ses divers courants spirituels.
- En proposant des activités manuelles, musicales, artistiques qui mettent en œuvre les sens, et ouvrent à une présence à soi-même, aux autres et à Dieu.

L'intériorité est un chemin. En catéchèse et catéchuménat, on initie quelque chose qui est toujours à entretenir, à repenser au long de sa vie...

**Clotilde Levesque**

**Accompagnatrice des Laïcs en Mission Ecclésiale,  
diocèse d'Évry-Corbeil-Essonnes**

## REGARD



© Angela Clajcar



## L'ART POUR DIRE DIEU

**Notre-Dame de Pentecôte**  
Maison d'Église au cœur du quartier  
d'affaires de La Défense, en région  
parisienne.

 En savoir plus sur l'œuvre

# L'INTÉRIORITÉ, DIEU AU CŒUR DE L'HOMME

Dans la vie chrétienne, prière et vie quotidienne se fécondent



« Bien tard, je t'ai aimée, Beauté si ancienne et si nouvelle, bien tard, je t'ai aimée. Et voici que tu étais au-dedans, et moi au dehors (...) Tu étais avec moi et moi, je n'étais pas avec toi (...) Tu as appelé, tu as crié et tu as mis fin à ma surdité. » Cet aveu de saint Augustin (*Les confessions*, 10, 27, 38) ouvre notre réflexion sur l'intériorité, dans le cadre de la catéchèse où nous avons à éveiller catéchumènes et baptisés à la grâce de Dieu, à sa présence vivifiante à l'intime de leur être, et à les accompagner vers cette source vive, trop souvent cachée par les multiples préoccupations et distractions de la vie quotidienne.

### L'intériorité, comme lieu à retrouver

Intériorité et extériorité se complètent mais, le plus souvent, c'est la seconde qui domine. Dans notre société de consommation et de communication, tous nos sens sont en éveil, sollicités, informés à satiété, au risque d'une envahissante distraction.

« Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. » (Mt 6, 6) La chambre est le lieu de l'intériorité où chacun peut se retirer, se reposer, réfléchir, faire silence et prier ...

En parlant ainsi, Jésus inscrit ses propos dans la longue prédication des prophètes invitant à la fidélité à Dieu, à l'accueil intériorisé de sa loi, à la vérité aimante des attitudes, tel Osée rappelant le projet de Dieu (Os 2, 16).

Ce que dit Jésus, il le pratique. Ainsi se retire-t-il longuement au désert, poussé par l'Esprit, au début de son ministère public et aussi, régulièrement, au terme de ses longues journées

de prédication : « De grandes foules accouraient [...] Mais lui se retirait dans les endroits déserts, et il priait. » (Lc 5, 15-16)

### **L'intériorité, comme présence divine à goûter**

La solitude, loin de la foule, Jésus s'y réfugie donc fréquemment, et dans l'impossible, c'est dans le calme de son cœur qu'il demeure. Son cœur reste, en toute circonstance, le lieu du dialogue constant avec son Père.

Il le rappelle en saint Jean :

« Le Père et moi, nous sommes un. » (Jn 10,30). Ce cœur à cœur divin s'invite dans le cœur de chaque croyant : « Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole ; mon Père l'aimera, nous viendrons vers lui et, chez lui, nous ferons une demeure. » (Jn 14, 23)

À la suite de Jésus, l'union intime avec Dieu a toujours été recherchée par les chrétiens épris d'absolu et de retrait rigoureux. Pensons, durant

les premiers siècles aux Pères du désert, en Orient, puis aux nombreux moines bénédictins, en Occident, qui surent prôner l'équilibre du « *Ora et labora* », prie et travaille... Pensons aux multiples ordres mendiants (franciscains, dominicains et carmes), alternant prédication publique et retrait pour la prière...

« Que les frères aient, par-dessus tout, l'Esprit du Seigneur et le laissent agir en eux », recommande saint François dans sa règle.

Au XVI<sup>ème</sup> siècle, la vie intérieure sera encouragée largement, en toute situation : « À genoux ou assis, suivant que l'on s'y trouve plus disposé et suivant la dévotion plus grande qui accompagne » dira saint Ignace, dans ses *Exercices spirituels*, tandis que saint François de Sales invitera tout chrétien à « la dévotion qui doit être pratiquée par le gentilhomme, par l'artisan, par la veuve, par la femme mariée. Il faut même accommoder sa pratique à la santé, aux affaires et aux devoirs de chacun » (*Introduction à la Vie Dévote*, 1, 3). Cette invitation à la vie intérieure n'est plus réservée aux seuls religieux mais adressée à tous les baptisés, annonce « l'appel universel à la sainteté » (*Lumen Gentium* n°40), que reprendra le pape François dans son exhortation *Gaudete et exultate*.

### **L'intériorité, comme chemin de sainteté à proposer à tous**

L'intériorité, la vie spirituelle, le cœur à cœur avec Dieu, cela n'est donc plus réservé à quelques fervents. C'est

une démarche féconde proposée à chaque baptisé. Aucune initiation chrétienne, aucune catéchèse ne peut se faire sans appel à l'intériorité, sans exercice de prière, sans patiente éducation du cœur qui aime et qui prie en vérité, en solitude ou en communauté, en chambre retirée ou en grande église, peu importe... La justesse d'une prière se vérifie toujours, quand celle-ci s'accompagne de la pratique concrète des actes de charité envers autrui... C'est

ce que rappelait à ses sœurs, la grande priante sainte Thérèse d'Avila : « Quand je vois ce qui arrive à certaines âmes très occupées de vérifier où elles en sont de leur oraison, si encapuchonnées en priant, qu'elles semblent ne pas oser bouger [...] cela prouve combien peu elles comprennent le chemin qui mène à l'union avec Dieu [...] Le Seigneur veut des actes. Si tu vois une malade à qui tu puisses donner quelque soulagement, cela ne fait rien de laisser cette dévotion pour l'aider. » (*Le château intérieur*)  
Tout se tient pour un chrétien : vie intérieure retrouvée, œuvres extérieures assumées, par tous, à tous les âges et dans toutes les conditions de la vie. «

N'aie pas peur de viser plus haut, de te laisser aimer et libérer par Dieu. N'aie pas peur de te laisser guider par l'Esprit Saint. La sainteté ne te rend pas moins humain, car c'est la rencontre de ta faiblesse avec la force de la grâce. Au fond, comme disait Léon Bloy, dans la vie 'il n'y a qu'une tristesse, c'est de n'être pas des saints' ». (*Gaudete et exultate* n°34)

### **Frère Jean-Pierre Grallet, ofm Archevêque émérite de Strasbourg**

**Tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne pas savoir demeurer en repos dans une chambre.**

*Blaise Pascal*

## POUR APPROFONDIR

Cliquer sur les  pour visiter les liens

### Sur la thématique

- 👉 La vie spirituelle du catéchiste, retour sur la session du SNCC en janvier 2022
- 👉 L'intériorité à partir de grands auteurs de spiritualité en cinq courtes vidéos
- 👉 Découvrir les exercices spirituels de saint Ignace de Loyola
- 👉 La méditation chrétienne, un documentaire sur Vodeus

### Au catéchuménat

- 👉 Sept manières différentes de prier

### En famille

- 👉 Les Écoles de prière : séjours spirituels pour enfants et jeunes
- 👉 Le site internet des Écoles de prière
- 👉 Un film : *Le voyage extraordinaire de Séraphima*

### Avec des personnes en situation de handicap

- 👉 Un article de Dominique Jacquemin : *La vie spirituelle des personnes handicapées. Une aventure de liberté sollicitée et soutenue par autrui* ( voir PDF)

### Avec des adolescents

- 👉 *Éduquer au silence, éduquer par le silence* : un article de la revue *Initiales* n°235 "Silence ? On prie ..."
- 👉 L'itinéraire *Dieu entre en conversation avec nous* de la revue *Initiales* n°235
- 👉 Découvrir le mouvement Ziléos, pour cultiver la spiritualité des jeunes

### Avec des enfants

- 👉 *Ferme les yeux, ouvre ton cœur ! 12 méditations guidées pour entrer dans l'intériorité*
- 👉 Créer un coin prière
- 👉 *Viens dans ma maison !* Une ressource de la collection « Cadeau de Dieu », invitation à entrer dans le mystère de l'intériorité
- 👉 *Je suis comme un oiseau !* : une activité de relaxation proposée par la collection « Cadeau de Dieu »
- 👉 *Je perçois* : le jeu du module *C'est qui Dieu ?* du parcours : « Trésor de Dieu en famille »
- 👉 *Je ressens* : le jeu du module *Tout au fond de moi* du parcours « Trésor de Dieu en famille »
- 👉 *Le château intérieur* : un livre pour enfant, invitation à la vie spirituelle dans les pas de sainte Thérèse d'Avila pour découvrir le château de son âme



Cette affiche est l'un des visuels proposés par la CEF pour la campagne de rentrée 2022. Renseignements auprès de votre service diocésain de catéchèse.



Cliquez pour recevoir *l'Oasis* gratuitement tous les trimestres



Sur notre page facebook **Catéchèse et Catéchuménat** retrouvez régulièrement d'autres idées, textes, vidéos, outils.

Cinq à dix mètres carrés me suffisaient amplement pour la contemplation, pour le jeu, pour l'émerveillement. Et c'est de ce petit espace que j'ai puisé des forces infinies, des réserves de regard et d'étonnement et de songe et d'attente.

*Christian Bobin,  
France Inter mars 2020*