

“La maison se Remplit de l’odeur du parfum”

Processus émotionnel affectif et corporel dans les différentes étapes d'une Femme à la suite de Jésus

**María Rosaura
González Casas. Stj**

Introduction:

J'ai réécrit ce livre¹ en pensant à des visages concrets de sœurs, de religieuses consacrées, qui, comme les femmes de l'Aurore, désireuses et à la recherche du Seigneur Jésus, vivent le grand désir de le rencontrer, de se donner totalement, de grandir et de mûrir dans le don de la vie. Ce livre leur est dédié, à eux, de différentes congrégations et origines géographiques, qui ont eu ou ont encore un cœur enflammé par le feu de l'amour et qui désirent entrer dans un processus de libération et de croissance. Il s'adresse également à ceux qui ont perdu l'espoir et se sont éteints en cours de route, à ceux qui ont été blessés et dont les cicatrices du cœur ne contiennent plus que des cendres fumantes de ce qui fut un jour la joie, le sens et l'amour. Je souhaite de tout cœur que ce livre ait sur chacun d'entre vous un effet de guérison, d'apaisement, d'amour et de croissance.

Il s'agit d'un outil qui aborde la question de la maturité affective et sexuelle dans la vie consacrée des femmes. Lire et approfondir la proposition de ce livre signifie s'engager dans un travail personnel et, pour ceux qui le veulent et le peuvent, s'engager aussi dans un exercice communautaire, qui aide à "marcher ensemble" dans ce processus de croissance vers une affectivité intégrée.

Il me semble que nous percevons tous la "centralité" de ce thème, car il est la source naturelle, pour ainsi dire, de ce qui peut devenir, avec l'aide de la grâce, la force vitale de notre vie consacrée : l'amour passionné et généreux pour Jésus, notre "amour unique"² qui jaillit dans l'amour pour nos sœurs et nos frères.

¹ En 2007, j'ai publié un livre avec ce titre. J'ai révisé une partie de ce que j'ai écrit pour les Sœurs Clarétaines de Rome qui m'ont demandé ce travail pour leur Congrégation. Le retour que j'ai reçu sur l'application de cet outil de travail a été très bon, et puisque plusieurs congrégations demandent d'aborder ce sujet, si fondamental dans la formation et dans la ligne de soin et de prévention des abus, il m'a semblé que l'offrir à tous les religieux, en espérant qu'il aiderait à répondre aux besoins de beaucoup de communautés, serait une bonne idée. Je souhaite qu'il soit d'une grande utilité personnelle et communautaire

² Pape François. "C'est la confiance" : Exhortation apostolique sur la confiance dans l'amour miséricordieux de Dieu à l'occasion du 150e anniversaire de la naissance de sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus et de la Sainte-Face. 8.

En accompagnant différentes sœurs et communautés, je me suis rendu compte que dans la recherche d'outils pour la maturité affectivo-sexuelle, différentes perspectives psychologiques sont utilisées pour le travail personnel et de groupe, avec la fausse illusion de croire qu'en se cultivant au niveau humain, les sœurs, surtout celles en formation initiale (mais cela inclut tous les âges, parce que nous sommes toujours en formation), feront un saut qualitatif et avanceront comme dans une ligne continue et directe pour vivre la maturité de la chasteté. Cependant, ce travail humain, certainement très nécessaire, reste incomplet si nous abordons nos dynamiques affectivo-sexuelles uniquement à partir d'un horizon psychologique³³, parce que pour grandir vers une maturité affective orientée vers la chasteté consacrée, il est nécessaire de considérer ce sujet simultanément dans une perspective intégrale et interdisciplinaire, puisque la direction et le but vers lesquels toutes les forces affectives-émotionnelles doivent être orientées et dirigées est le désir de répondre à l'appel personnel de Jésus-Christ.

La vigueur, l'énergie, le feu d'attraction de cet appel, ainsi que le désir profond d'y répondre fidèlement, ont une vitalité et une force intérieure si grandes qu'elles unifient et rassemblent toute la dynamique affectivo-sexuelle, en l'orientant vers le désir profond de suivre Jésus, de le connaître, de l'aimer et de le faire connaître et aimer par sa propre vie donnée à ses sœurs et à ses frères. En d'autres termes, il s'agit d'un choix de vie existentiel qui se réalise au cours d'un processus concret et historique, dans lequel toutes les forces, capacités et potentialités humaines s'intègrent à l'"Amour unique" jusqu'à atteindre le don total de la vie.

Il s'agit d'un processus de croissance lente, avec des moments de progrès, de chute et de rédemption (cf. Lonergan). Dans ce processus d'intégration, avec ses hauts, ses bas et ses possibilités de rédemption, l'humain et le divin de chaque personne sont simultanément entrelacés et tissés ensemble, impliquant tout l'être, le cœur, les émotions, les affections, la sexualité, la corporéité, en un mot, la totalité de la personne à tous les stades de la vie.

Pour mieux comprendre les implications de ce processus d'intégration, j'utiliserai une image biblique : Marie de Béthanie. J'essaierai d'entrer dans son cœur, dans ses affections, de suivre ses pas et d'identifier les caractéristiques émotionnelles et affectives que Marie a vécues en tant que femme amoureuse du Christ.

Pour entrer dans la vie de Marie de Béthanie, je le ferai en suivant ce qui apparaît à son sujet dans l'Evangile de Jean. Je distingue 7 étapes caractérisées par le contenu de certains versets de l'Évangile. Dans chacune de ces étapes, il y a trois sections : l'une se réfère aux émotions, aux affections et au corps, une autre traite des relations, et la dernière section considère le contexte. Dans chacune de ces trois sections, j'ai inclus des questions qui peuvent vous aider dans votre travail personnel (d'autres peuvent vous venir à l'esprit).

Peut-être que certaines communautés aimeraient vivre ce processus ensemble, alors j'ai pensé qu'après un travail personnel, chacune des étapes, si vous voulez, pourrait être partagée en communauté. Dans ce cas, il serait bon d'aménager un espace communautaire pour prier ensemble et partager librement. Vous pouvez commencer le moment de la rencontre par une invocation à l'Esprit Saint et lire le verset biblique de l'étape à partager, prier quelques minutes en silence, puis passer au deuxième moment, qui consiste à partager chaque étape, en répondant simplement à ces questions : qu'est-ce qui a touché mon cœur ? qu'est-ce que j'ai remarqué ?

³³ Il existe diverses approches psychologiques qui n'incluent pas la possibilité de transcender et de vivre une "chasteté consacrée". Il est donc nécessaire d'envisager une perspective interdisciplinaire qui ouvre l'horizon de la transcendance.

qu'est-ce que je me sens invité à faire ?

Pour que ce travail soit fructueux, je vous invite à prier personnellement, à méditer, à écouter votre cœur, à être honnêtes avec vous-mêmes. Ce que chacun de vous vit en vérité devant Dieu vous donnera l'occasion de grandir et de mûrir. Si la communauté décide de faire le voyage ensemble, je vous invite à considérer deux aspects :

1) Les réunions doivent être espacées, par exemple une fois par mois, afin que chaque sœur ait suffisamment de temps, au milieu des affaires courantes, pour traiter son travail personnel.

2) lors du partage, il n'est pas nécessaire de dire de grandes idées lumineuses, il s'agit plutôt de créer la possibilité de cheminer ensemble en partageant des questions sur l'expérience, en respectant la phase que chacun traverse.

Sans plus attendre, je souhaite que ce petit livre-atelier porte beaucoup de fruits en chacun de vous et dans vos communautés. Mettons-nous en route, sur les pas de Marie de Béthanie !

Mots clés : corps, sentiments, affections, phases, contexte, femme

1. PRÉOCCUPATION : Première étape de la croissance

« Beaucoup de Juifs étaient venus à la maison de Marthe et de Marie. pour les réconforter pour leur frère. Quand Marthe a su que Jésus était venu, vint à sa rencontre, tandis que Marie restait à la maison » Jn 11, 19-20.

Marie de Béthanie fait face à deux expériences fortes : la mort de son frère Lazare et l'absence de l'Ami en qui elle avait confiance. Face à cette situation, certes, les questions et les inquiétudes s'entassaient en elle, mais elle ne parvenait pas encore à les formuler comme sa sœur Marthe (Jn 11,20). Cependant, elle exprimait sa douleur et pleurait. Sa sœur Marthe était sortie de soi pour aller à la rencontre du Seigneur (Jn 11,20). Mais Marie demeurait à la maison. Qu'est-ce que cela signifie de rester à la maison ? C'est quelque chose de symbolique ? Cela signifie-t-il être à l'intérieur de soi ? Cela peut-être. Marie ne comprend pas le mystère de la mort, là se jouait précisément le sens de la vie, elle cherchait des réponses en Jésus, et son Ami ne s'était pas présenté. Les Juifs la consolaient, mais certainement cette consolation ne touchait pas la profondeur de ses questions (Jn 11,31).

Les pleurs de Marie manifestent corporativement l'inquiétude qu'elle avait peut-être dans le cœur, une inquiétude qu'elle sentait dans tout son corps. Il pleurait, se laissait consoler, mais il n'était pas en paix (plus tard, il exprime verbalement son inquiétude Jn 11,32). De diverses manières, les personnes qui cherchent le sens profond de la vie commencent leur processus avec une inquiétude, une insatisfaction qui se produit en contact avec la vie et la réalité. Nous sommes questionnées par la Vérité. Des situations semblables dans de nombreux chercheurs de Dieu nous disent que c'est le point de départ de tout processus. Thérèse de Jésus présente l'insatisfaction avec le type de vie qu'elle menait, et les désirs de Dieu. L'inquiétude est souvent un signe de quelque chose de plus profond, de la "soif de Dieu" dont tout être humain fait l'expérience (Jn 4).⁴



- 💡 ¿ Quelle a été ou est l'inquiétude principale de ma jeunesse et de ta vie aujourd'hui ? Quelle a été l'inquiétude qui m'a poussé à répondre à mon appel vocationnel ? Qu'avez-vous ressenti ? Quels événements sont liés ?
- 💡 Comment me sens-je aujourd'hui par rapport à la vie que je vis en tant que consacrée ? Y a-t-il des larmes dans mes yeux ? Joie, tristesse ?



⁴ « Je sais comment dire que c'est l'une des vies douloureuses que je pense que vous pouvez imaginer; car ni je n'ai joui de Dieu ni apporté le contentement au monde ; quand j'étais dans le contentement du monde pour me souvenir de ce que je devais à Dieu, c'était avec tristesse; quand j'étais avec Dieu, les affections du monde me dérangeaient » V. 8:2.

1.1 Caractéristiques affectives émotionnelles et corporelles

L'inquiétude est ressentie dans le corps, elle est vécue dans l'âme, elle est vécue dans l'angoisse que rien ne remplit le cœur humain. C'est une expérience physique, affective, cognitive qui touche toute la personne, une inquiétude existentielle qui implique la totalité de ceux qui se laissent interroger. Cette inquiétude, qui fonctionne comme un pont entre le temporel et l'éternel, reflète physiquement, psychologiquement et spirituellement, que nous sommes créés par Dieu, et que nous avons une soif insatiable d'infini. Certaines femmes et certains hommes, surtout dans la jeunesse, mais peut-être à tout âge, éprouvent à l'intérieur, de diverses manières, un désaccord personnel et social avec le monde dans lequel ils vivent. Ils ont des désirs de changement, une soif qui parle de la semence d'éternité présente dans leur cœur, et qui met en jeu la dialectique de toute la personne. Cela se manifeste aussi dans le corps.⁵⁵

- 💡 Il existe de nombreux types d'agitation et d'anxiété... Qu'est-ce qui me cause l'anxiété et l'agitation ?
- 💡 ¿ Quels sentiments, affections et manifestations corporelles manifestent que je ne suis pas en paix ?
J'entends l'inquiétude profonde de l'âme, de ma vie ?

1.2 Aspect relationnel du point de vue féminin

L'insatisfaction ou l'anxiété, à laquelle il est fait référence, ne naît pas d'une problématique personnelle, mais converge avec les préoccupations personnelles et se déplace dans la psychologie des personnes. Dans le développement de cette insatisfaction, la capacité d'empathie et de connexion de la femme peut fonctionner comme une épée à double tranchant : comme alliée qui aide à générer l'inquiétude et la soif d'infini ou en sens inverse comme "apaisant" qui apaise les cris intérieurs d'éternité. Thérèse de Jésus a vécu cette dialectique (V 8,2), et l'évangéliste la rend présente à Marie de Béthanie : elle demeurait chez elle, pleurait et était consolée par ses amis juifs (Jn 11,31). Le réconfort des amis est l'une des raisons données par l'évangéliste pour lesquelles Marie n'est pas allée à la rencontre de Jésus. Chez Marie de Béthanie, comme chez Thérèse, comme chez tant d'autres femmes, la relation et la capacité de connexion peuvent fonctionner comme des silencieux de l'inquiétude profonde du cœur. L'Ami qu'il désirait rencontrer était à la porte de sa maison, mais elle restait à l'intérieur, au milieu de consolations qui l'empêchaient de sortir. Seul le silence permet l'écoute profonde et profonde de ce qui habite le cœur humain.

- 💡 Est-ce que je fais taire les préoccupations profondes de mon cœur ? Comment et que dois-je faire ?
- 💡 Puis-je identifier quel est mon conflit intérieur aujourd'hui ?
- 💡 Que dois-je rechercher dans les relations avec les autres ?
- 💡 Est-il possible que j'utilise une relation comme « apaisante » qui m'empêche d'entendre du fond de mon cœur ce que je ressens et ce qui m'arrive ?

⁵⁵ Il faut faire une distinction entre ce qui serait une somatisation qui trouve son origine dans des conflits inconscients, et l'agitation qui naît de la dialectique intérieure entre l'appel à la transcendance et la confrontation avec la réalité qui est vécue.

1.3 Le corps, les affections et les émotions

Nous sommes intéressées par le lien entre les états intérieurs de l'esprit, du psychique et des émotions et affections qui se manifestent dans les expressions corporelles, afin de pouvoir vivre une spiritualité qui inclut la personne dans sa globalité. Dans la culture actuelle, on accorde trop d'importance au corps en tant que symbole de jeunesse, de santé, de sexualité et de beauté.

Des significations culturelles sont créées, auxquelles les personnes se sentent forcées (esclavagées) de répondre, et qui influencent définitivement la façon de concevoir leur être femme. Avec la mode, des modèles de beauté, de santé, de sexualité, des façons de s'habiller et de répondre à la société de consommation sont créés. Surtout, la femme dans les médias de masse est présentée comme un instrument de consommation sexuelle, comme un objet. Aujourd'hui, plus que par le passé, il existe également des signes corporels qui indiquent la présence de conflits internes, par exemple l'anorexie (surtout dans les pays du premier monde), ainsi que la boulimie. Le corps enregistre les expériences que chaque personne vit, et manifeste les conflits conscients et inconscients de différentes manières, en somatisant parfois. Il est nécessaire de créer un espace de silence intérieur et de prendre le risque d'écouter et de reconnaître le langage du corps. Les femmes ont tendance à vivre en plus grande connexion avec leur propre corps et avec les différentes sensations corporelles. Le cycle menstruel lui fait vivre les changements qu'elle subit, la douleur, la fatigue, le rythme de la vie. Ce sont des éléments qui l'aident à établir ce lien.⁶⁶

- 🕒 Mon corps parle : est-ce que j'entends mon corps ?
- 🕒 Que me dites-vous et que puis-je entendre ?
- 🕒 Y a-t-il des événements, des bouleversements ou des conflits liés à une maladie dans mon corps ?
- 🕒 Que dois-je faire pour commencer à écouter mon corps ?

1.4 Mon être en tant que femme dans mon contexte culturel et ecclésial

Dans certaines cultures, l'accent excessif sur le rôle féminin lié à une image de femme objet ou mère héroïque (super-woman), peut provoquer des dynamiques de rejet chez les jeunes filles, et créer inconsciemment de la culpabilité, parce qu'elles sont des femmes que de vivre un automatisme de générosité et de service avec lequel elles annulent leur liberté. Le désir de donner doit aller de pair avec la maturation de la personne jusqu'à ce qu'elle décide librement du don, il ne peut pas être le fruit d'un rôle à jouer. La victimisation qui résulte souvent d'une héroïcité que l'on veut vivre comme des mères crée un état de lamentation, d'amertume et d'abnégation apparente qui empêche les attitudes authentiques de donation. Il est nécessaire de décoder, et de construire ces concepts culturels qui sont ordinairement inconscients et que beaucoup de femmes assimilent sans s'en rendre compte et leur provoquent la

⁶⁶ Il existe des techniques pour écouter le langage corporel, par exemple, la technique de Se concentrant, Cf. GENDLIN E., *Se concentrant*, ou un type de thérapie qui parvient à unir le langage du corps et le mot mettant en lumière des conflits inconscients. Cf. DOWNING G., *Le Corps et la Parole*. Il est nécessaire d'écouter le corps et d'aller à la cause du conflit qui peut être d'origine inconsciente. Cela nécessite des techniques spéciales qui aident les gens à entrer en eux-mêmes. Dans le corps se manifestent les tensions et les angoisses de l'être humain. En médecine et dans les études de mécanique quantique, la relation étroite entre les maladies, les humeurs, les tensions et les conflits inconscients est de plus en plus approfondie.

tristesse de ne pas être ces superwoman (super-femmes) qui doivent être selon ces critères socioculturels.

- ➡ Quel est le concept de la femme dans ma culture ?
- ➡ ¿ Ce concept a-t-il quelque chose à voir avec ma façon de fonctionner, de me sentir, de me donner comme femme consacrée ?