

L'accompagnement spirituel

Il m'a été demandé de présenter l'accompagnement spirituel dans le cadre d'une rencontre de personnes qui s'intéressent à la relation d'aide. Et c'est d'une certaine manière un paradoxe car, au sein du christianisme en général, l'AS est bien plus ancien que ce que l'on appelle aujourd'hui la relation d'aide. Mais ce paradoxe n'est qu'apparent dans le cadre des Eglises de la Réforme et nous allons chercher à comprendre pourquoi. Je commencerai par essayer de donner une définition de ce que nous entendons aujourd'hui par AS - sachant que, d'une certaine manière, ce terme pourrait englober et englobe effectivement bien des choses - et de la resituer dans le contexte de l'histoire. Puis, nous chercherons à comprendre plus précisément le mode de relation qu'elle implique entre accompagnateur et accompagné et certains des éléments qui sont nécessaires pour une compréhension plus précise. Enfin, je compte sur les échanges et les ateliers pour aller plus loin et répondre aux questions que vous pouvez vous poser.

Qu'entend-on par accompagnement spirituel ?

Un mot d'abord sur la relation d'aide qui vous est sans doute plus familière. Elle suppose, me semble-t-il, quelqu'un qui, passant par une période difficile, demande l'aide ponctuelle d'une autre personne. Et nous savons tous, par expérience dans les deux sens, à quel point cela est nécessaire. Mais, justement, lorsque nous parlons d'AS, il ne s'agit pas de cela, ou au moins pas essentiellement de cela. L'AS suppose en fait deux choses : un désir et une conviction.

- Le désir est celui d'avancer sur le chemin de la vie spirituelle, de progresser dans la relation avec Dieu. L'AS est fait pour celles et ceux qui ne se contentent pas du point où ils en sont, mais qui veulent aller plus loin.
- Et, pour qu'il y ait AS, il faut que ces personnes aient la conviction que l'on peut être aidé sur ce chemin, qu'il est même souhaitable et normal de ne pas s'y engager seul et qu'une personne un peu plus expérimentée peut servir de guide pour mieux avancer et éviter certains des pièges de la route. Quelle est la nature de cette aide, c'est ce que nous essaierons de voir par la suite.

Il ne s'agit donc pas de thérapie et la personne qui demande n'est pas (nécessairement) en crise. Elle a simplement le souci d'avancer un peu plus loin sur le chemin de la vie spirituelle. On peut donc préciser qu'il n'y a pas, pour l'AS de vocation thérapeutique.

Je préciserai également qu'elle est autre chose que la formation de disciple et qu'elle est aussi différente du *coaching* à la mode dans certains milieux chrétiens.

L'accompagnement dans l'histoire

Nous verrons plus longuement dans les ateliers quelles sont les formes variées que l'AS a pu prendre à travers les siècles, mais nous pouvons au moins les esquisser rapidement.

La forme la plus ancienne est sans doute celle de la ***paternité spirituelle***. Elle commence avec les Pères du désert dès le 4^{ème} siècle. On pouvait alors aller dans le désert trouver un moine ou un ermite et attendre de lui la parole qui pouvait tout éclairer. «Abba, donne-moi une parole !» Cette paternité s'est largement développée dans la tradition orientale et on connaît l'image des *starets* russes que l'on retrouve dans les *récits d'un pèlerin russe* ou dans *les frères Karamazov*. Il va de soi que la Réforme a été assez allergique à cette démarche («Vous n'appellerez personne «père» car un seul est votre Père...» Mt 23.9). Il est donc un peu étonnant que l'on retrouve assez récemment cette paternité dans certains milieux charismatiques...

Une autre forme est celle que l'on a généralement appelée la ***direction spirituelle***. C'est sans doute dans le catholicisme qu'elle a pris la plus grande place et surtout qu'elle a été approfondie. On trouvera certainement de nombreuses écoles de direction spirituelle, à peu près autant que d'écoles de spiritualités. Mais certaines ont profondément marqué et façonné ce que nous appelons aujourd'hui AS. Je n'en citerai que deux, certainement essentielles. La première sera la *tradition ignatienne*, celle qui trouve son fondement dans les Exercices spirituels d'Ignace de Loyola. Respect du cheminement de la personne, apprentissage du discernement des traces de Dieu dans notre vie, méditation de l'Écriture... sont autant d'apports de cette tradition. Une autre grande tradition, elle aussi du 16^{ème} siècle, pourrait être celle du *Carmel* avec en particulier deux immenses figures : Thérèse d'Avila et Jean de la Croix. Ces deux géants de la spiritualité ont développé toute une connaissance de l'âme humaine et de son cheminement qui est toujours éclairante aujourd'hui. On connaît en particulier les nuits de Jean de la Croix dont la connaissance peut éviter à celui qui accompagne bien des erreurs de jugements. Toujours dans cette tradition du Carmel, deux autres personnages plus récents peuvent beaucoup apporter. L'un relativement peu connu : Laurent de la Résurrection, petit carme français du 17^{ème} siècle dont les textes ont été très répandus dans les milieux protestants anglo-saxons, l'autre immensément célèbre mais mal connue des protestants : Thérèse de Lisieux.

Le mot «direction» hérisse un peu le poil aux protestants français. Je dis français car nos amis américains évangéliques qui ont «redécouvert» avant nous l'AS parlent sans difficultés de la direction spirituelle. Mais nous avons sans doute trop en tête certains dérapages qui ont effectivement existé et qui plaçaient le dirigé sous la coupe de son directeur. Nous reviendrons sur cette relation accompagné / accompagnateur. Disons seulement que lorsque l'accompagnateur était par exemple François de Sales, il n'y avait aucune emprise malsaine

sur celui ou celle qui était ainsi dirigé. Mais il est vrai que le danger de main mise sur la personne a existé et existe encore, et pas seulement dans le catholicisme...

Comment **la Réforme** a-t-elle réagi à cette pratique ? Comme toujours lorsqu'on connaît un peu la Réforme, de manières diverses. Disons d'abord que cette pratique de l'accompagnement concernait surtout des moines et des religieux et éventuellement quelques autres personnes privilégiées. Les réformateurs ont réagi assez violemment contre tout ce qui pouvait laisser penser qu'il existe des chrétiens de différentes catégories, d'où une réaction contre l'idée même d'un statut «religieux» particulier. Mais aussi crainte devant ce qui pourrait faire penser à une emprise de l'Eglise sur les fidèles. D'où une condamnation de la confession obligatoire et, dans la foulée, de la direction spirituelle.

Mais il serait faux de s'arrêter là. Car lorsque les Eglises protestantes ont connu des renouveaux spirituels (ce que l'on appelle les «réveils»), la nécessité de l'AS s'est de nouveau fait sentir. Ce fut le cas, sous une forme ou sous une autre, dans le piétisme allemand suscité par Spener (17ème siècle) , le méthodisme de Wesley (18ème) ou, comme nous y faisons allusion précédemment, les renouveaux pentecôtistes ou charismatiques du 20ème siècle.

Pourquoi ce retour à l'accompagnement spirituel ?

Comme je viens de le mentionner, chaque réveil a éprouvé le besoin de retrouver cette richesse pour aller plus loin. Nous ne sommes pas nécessairement aujourd'hui dans cette situation de réveil, mais il existe quelque chose à notre époque qui pousse bien des gens vers l'AS comme d'ailleurs vers diverses formes de relation d'aide. Quelle que soit notre confession, nous ne sommes plus chrétiens aujourd'hui seulement par tradition. Nous le savons, le conformisme serait plutôt de l'autre côté. Cela veut dire que si une personne s'engage sur le chemin de la foi, elle souhaite souvent que ce soit pour aller en profondeur et en vérité. La simple appartenance à une Eglise ne suffit plus pour bien des gens. Cela est d'autant plus vrai que d'autres «offres» religieuses sont présentes qui proposent des expériences réelles et profondes. On peut penser au bouddhisme sous ses diverses formes, mais aussi au succès des formes plus spirituelles ou mystiques du judaïsme ou de l'Islam. Croire un certain nombre de choses ne suffit pas. Il y a comme une soif de connaître Dieu et de le connaître en vérité. Nous désirions vivre. En d'autres termes, la foi doit changer quelque chose en profondeur ou elle n'a guère de raison d'être. C'est pour cette raison que les monastères accueillent tant de gens en recherche. Ils sentent bien que là, dans ces communautés de personnes qui ont consacré leur vie à leur foi, il y a quelque chose d'authentique. On pourrait dire la même chose du rayonnement de l'abbé Pierre, de mère Térésa ou de soeur Emmanuelle, comme de Dietrich Bonhoeffer ou de Martin Luther King.

Or, pour ces gens en recherche, leur dire, comme nous le faisons parfois, «lis ta Bible et prie» ne suffit pas. Non pas que ce conseil soit faux ! Il est juste, bien sûr, mais insuffisant. Comme si tout était simple. Car la méditation de la Bible au point qu'elle devienne

nourrissante ne va pas de soi; car la prière n'est pas si simple... Et il faut sans doute avoir commencé par s'apercevoir de cette réalité pour prendre conscience de notre besoin d'être accompagné. C'est ce qui fait que l'AS concerne moins les tout jeunes croyants que ceux qui ont déjà connu un certain cheminement et qui ont ainsi pris conscience de leur besoin et souvent des limites des « évidences du début ». Cela dit, certaines personnes sont allergiques à cette démarche et peut-être n'est-elle en effet pas faite pour eux. L'AS veut répondre à un besoin de certains et ne prétend pas être une nécessité universelle.

La forme de l'accompagnement spirituel

Peut-être la plus grande différence avec ce à quoi nous sommes habitués dans la relation d'aide concerne la **durée** de la relation. Il ne s'agit pas ici de résoudre un problème particulier, mais d'accompagner un cheminement spirituel. La relation peut donc être longue. La personne qui m'a le plus accompagné l'a fait pendant une vingtaine d'années. Mais rassurez-vous, cela n'a rien d'obligatoire ! L'important est la liberté de la relation et il peut être bon de faire régulièrement le point. On peut en effet arriver à un moment où, d'un côté ou de l'autre, on a le sentiment que l'on est arrivé au bout du chemin et que la poursuite de la relation ne serait pas d'un grand intérêt.

Précisons également que la durée facilite les choses. En effet, ne croyez pas que l'on ne parle que de spiritualité dans ces entretiens. Le centre est en effet la relation avec Dieu, mais le contenu concerne bien sûr la vie toute entière. Vous savez bien que notre relation avec Dieu est elle-même influencée par tous les aspects de notre existence. Nous rencontrerons donc, au cours de cette relation tout ce que tout accompagnant pourra rencontrer. Mais ces difficultés, ces épreuves à surmonter s'inscriront dans une relation longue et seront donc plus « faciles » à aborder car il y a bien des choses que nous n'aurons pas à découvrir.

Dire cela, c'est dire que tout AS peut, à l'occasion prendre pour un temps l'aspect d'une relation d'aide. C'est là que l'accompagnateur doit être capable de discerner ses propres limites. Pour ceux qui ont également une formation en relation d'aide, il est parfois possible de passer d'un registre à l'autre lorsque le besoin s'en fait sentir. D'autres, pratiquant parfois eux-mêmes la relation d'aide dans d'autres contextes préfèrent souligner la distinction pour ne pas susciter la confusion. Ils proposeront alors à la personne de voir une autre personne pour un temps, tout en continuant d'approfondir avec elle la démarche plus spécifiquement spirituelle.

Que dire de ***l'accompagnateur*** ? Avant tout qu'il ne peut être imposé. C'est l'accompagné qui a choisi son accompagnateur et qui sera toujours en mesure d'en changer. L'accompagnateur est au service de l'accompagné.

Il est peut-être temps de préciser une chose. La première année sur les trois de la formation que nous proposons avec Linda Oyer ne porte, pour ainsi dire, que sur une initiation à la spiritualité chrétienne. Nous survolons ainsi les **grandes spiritualités** des Pères du désert

jusqu'aux dernières vagues du renouveau charismatique. Pourquoi ? Nous essayons de souligner pour chacune de ces écoles l'apport spécifique qui est le sien à la démarche de l'accompagnement. C'est aussi une manière de s'inscrire comme héritiers d'un immense héritage que nous n'accepterons bien sûr que sous bénéfice d'inventaire mais que nous serions stupides de négliger. Nous sommes au bénéfice de tout ce qu'il peut y avoir de riche, de magnifique dans tous les mouvements spirituels que catholicisme, orthodoxie ou protestantisme ont pu susciter. Tout cela est vrai et suffirait à justifier cette démarche; mais la raison principale est encore ailleurs. Découvrir ces richesses, c'est prendre conscience qu'il existe des formes diverses de spiritualités et que ces formes sont légitimes. Elles dépendent d'accents, de tempéraments, de cultures particulières. Les personnes qui vont venir nous voir pour que nous les accompagnions ont elles aussi leur propre spiritualité qui dépend de leur histoire, de leur tempérament... Or, le projet - et c'est un point capital - est d'accompagner la personne sur son propre chemin et non sur le nôtre. L'accompagnateur, en ce sens, n'est pas un guide qui montre le chemin et qu'il s'agit de suivre. Bien sûr, dans telle circonstance, l'accompagnateur pourra suggérer telle ou telle pratique, proposer à quelqu'un la découverte de la *lectio divina* ou de la prière contemplative. Mais toute proposition se fera avec prudence, sans insister. Elle pourra être acceptée, mais elle pourra aussi tomber dans le vide et il sera alors bon de ne pas insister.

Ce respect de la diversité des chemins est essentiel. Il repose sur le fait que cette diversité est constitutive de notre humanité. Il existe un seul «Evangile» apporté par Jésus, mais nous avons à notre disposition quatre évangiles écrits par des personnes et dans des circonstances différentes et chacun a sa propre spiritualité, comme d'ailleurs Paul a aussi la sienne. On ne peut avancer que sur son propre chemin, en réponse à la vocation spécifique qui est la nôtre. L'accompagnateur qui ne le sait pas va croire très honnêtement que ce qui a été bon pour lui le sera nécessairement pour tous et donc pour la personne qu'il accompagne. Si l'accompagné a un profil semblable au sien, cela ne posera pas de problèmes, mais si ce n'est pas le cas, il piétinera ou finira par laisser tomber.

Ce respect de la spécificité de la personne accompagnée se manifestera donc par une certaine connaissance de la diversité des spiritualités, mais aussi par une conscience de la diversité des **caractères** auxquels on peut avoir affaire. On pourra ainsi utiliser avec profit certaines méthodes qui aident à mieux comprendre les caractères, comme par exemple l'ennéagramme. Connaître le sien pourra aussi être précieux pour l'accompagnateur et l'aider à comprendre ses propres réactions comme un peu mieux celles des autres. Cette prudence n'aura d'ailleurs rien de surprenant pour des personnes habituées à la relation d'aide. De même une certaine connaissance des **phases de la vie spirituelle** et des crises parfois fécondes que l'on peut traverser...

Un des grands bénéfices de l'AS, encore une fois surtout dans le monde évangélique, est de rassurer les personnes en leur montrant que ce qu'elles peuvent vivre de difficile est normal. On peut presque noter dans nos formations avec Linda Oyer quand nous parlons des différentes spiritualités et notamment de ce qu'elles explicitent sur les moments de doute, de

« nuits », de crises dans nos chemins avec Dieu... les « oufs » soulagés des participants qui se reconnaissent dans ces choses dont on parle parfois peu dans nos milieux. La notion de temporalité dans nos histoires personnelles justement non linéaire, avec des hauts et des bas, des sentiments d'absence de Dieu est un aspect auquel est sensible l'accompagnateur et qui pourra aider l'accompagné...

Il n'y a donc pas de chemin tout tracé dans **la rencontre**, de parcours à suivre pour arriver quelque part. Celui qui va diriger sera toujours l'accompagné. C'est lui qui va apporter ses questions, les sujets sur lesquels il voudra centrer l'entretien. L'accompagnateur pourra bien sûr orienter l'accompagné vers tel texte, lui proposer une démarche, cela restera toujours secondaire par rapport à la demande de l'accompagné. C'est que les entretiens ne sont pas très fréquents, le plus souvent une fois par mois et leur durée tourne assez souvent autour d'une heure en moyenne. L'accompagnateur aura surtout à écouter, à accueillir ce que l'autre aura à dire. Et il est certain que cette seule réalité est déjà pour quelqu'un une aide précieuse. Savoir que l'on rencontrera une personne avec laquelle on reprendra ce que l'on aura vécu, noter les points essentiels à aborder donne déjà du relief à ce que l'on vit et fournit une aide précieuse. Il suffit parfois d'une oreille attentive et compréhensive pour que les choses se mettent en place et que des horizons se dégagent. Mais parfois, il faudra aussi parler, prudemment, doucement car il ne s'agit pas d'imposer un point de vue, souligner ce qui vient d'être dit, interroger tel aspect qui a été partagé, suggérer telle ou telle démarche... Et je voudrais souligner deux aspects essentiels à l'AS auxquels malheureusement parfois on réduit un peu vite toute la vie spirituelle comme je le disais tout à l'heure : la Bible et la prière.

La Bible est l'arrière plan de cette relation d'accompagnement. Quels que soient les chemins empruntés, cette relation se situe dans le cadre de la tradition chrétienne avec l'Évangile pour centre. La Bible est donc comme l'univers et souvent le terrain commun que nous habitons et qui nous unit. Il est donc toujours possible de suggérer à la personne tel ou tel rapprochement, de lui proposer de méditer tel passage. Il ne s'agit pas ici d'enseigner, mais de laisser l'Écriture parler, évoquer. Parfois le texte suggèrera tout autre chose que ce que l'accompagnateur avait envisagé. Pourquoi pas ? Et certains courants de spiritualité, notamment ignatiens, offrent des outils pour « entendre » l'Écriture d'une manière nouvelle qui imprègne toute la personne. Il peut cependant arriver exceptionnellement qu'un peu d'enseignement soit utile. C'est lorsque l'accompagné se fait par exemple une idée de Dieu qui est manifestement pathologique, radicalement fautive. On peut avoir sur Dieu des idées bien différentes, mais il en est qui sont dangereuses. Mais même là, l'enseignement devra aider l'autre à découvrir les choses par lui-même autant qu'il est possible. Nous savons bien que ce que nous avons découvert à plus d'efficacité que ce que l'on a cherché à nous apprendre...

La prière est aussi importante. Non qu'il faille obligatoirement prier à haute voix pour qu'un accompagnement soit spirituel. Il y a des moments où, au contraire, le silence dans ce domaine s'impose. Mais, d'une certaine manière, tout entretien de ce type est un entretien à trois. Nous sommes l'un et l'autre devant Dieu et c'est ensemble devant Lui que l'on va essayer de discerner sa trace, sa direction. Certains vont le marquer par un signe extérieur, une bougie que l'on allume ou autre chose qui corresponde à ce qui peut parler à l'accompagné. Mais la prière est souvent la manière la plus naturelle de se placer devant Dieu, de se reconnaître devant lui. Elle peut donc parfois être présente à l'ouverture de l'entretien. Elle sera souvent, surtout dans le monde évangélique, à la fin, comme une remise à Dieu de ce qui a été dit, perçu, découvert, décidé peut-être. Il est d'ailleurs parfois possible que l'accompagnateur puisse faire à l'accompagné l'avance d'une parole, d'une prière que celui-ci ne peut pas encore prononcer.

Mais surtout la prière doit être présente dans l'accompagnement, au moins dans le cœur de l'accompagnateur. Il doit être à l'écoute de ce que le Seigneur pourra lui montrer; il doit ne pas se faire d'illusions sur ses propres limites. Mais une idée, une parole pourra germer en lui et elle sera peut-être féconde. Il pourra alors discrètement la proposer, jamais l'imposer, en restant prêt à le retirer si elle n'est pas saisie. La prière, la proximité de Dieu est donc nécessaire pour l'accompagnateur. Il ne lui est pas demandé d'être un grand spirituel ni un *starets*, mais au moins d'être lui-même engagé en toute sincérité sur ce chemin. Heureusement, comme en d'autres circonstances, il arrive que, la grâce aidant, on ait été utile sans avoir très bien compris pourquoi ni comment...

Les pièges de l'AS. Je vous parle de quelque chose de précis que nous appelons AS, mais vous avez bien compris que de nombreuses personnes, dans les Eglises, font de l'AS sans le savoir. Il y a des personnes naturellement douées vers lesquelles d'autres vont se tourner pour trouver de l'aide et surtout une écoute qui va les aider à y voir plus clair dans leur chemin avec Dieu. D'une certaine manière, la formation, dans ce domaine, n'invente rien. Elle se contente d'approfondir une démarche, d'enrichir ce qui se fait déjà, d'aider à éviter des pièges. Quels sont ces pièges ?

Il y a évidemment le **pouvoir** que l'on peut exercer sur quelqu'un. Jésus prévenait ses disciples du danger de vouloir être appelé maître. Ce danger, nous le retrouverons toujours et dans toute relation qui nous place dans une situation de supériorité, même très relative et très temporaire. Contre ce risque, il n'y a pas d'autre remède que la conscience de ses limites, de ses fautes et de son propre besoin de la grâce. Mais être soi-même accompagné est une aide précieuse. Bien des gens, en particulier sans doute dans les Eglises protestantes accompagnent ou aident sous différentes formes, sans être elles-mêmes accompagnées. Je suis persuadé qu'on entre alors dans la pathologie. Attendre que des personnes se livrent à nous sans jamais le faire nous-mêmes devant quelqu'un d'autre est tout simplement dangereux et inacceptable.

Il y a aussi, comme toujours, le risque de *l'incompétence*. Le risque d'être, comme le dit le livre de Job des «médecins de néant» (Job 13.4-5). Jean de la Croix décrivait déjà ces personnes qui accompagnent sans vraiment comprendre et qui font souvent plus de mal que de bien. C'est pour cette raison que se former est et restera nécessaire tout au long de la vie. Dans le domaine de la vie spirituelle, qui n'avance pas recule. Celui qui croit savoir et être arrivé est particulièrement dangereux.

Conclusion

L'AS est quelque chose de tout naturel et qui existe depuis longtemps. Il introduit dans la conception du cheminement spirituel la dimension relationnelle. Cet accompagnement a toujours et dans tous les milieux été plus ou moins consciemment, plus ou moins bien aussi, pratiqué. Ce que nous souhaitons, c'est que l'Eglise devienne de plus en plus consciente de cet aspect de son ministère. Bien des pasteurs ne savent pas que répondre à la demande d'être accompagné. Bien des chrétiens ne trouvent personne dans le monde protestant pour les accompagner. Et bien des personnes, de bonnes volonté, cherchent à répondre à cette attente sans être formées, sans avoir jamais elles-mêmes été accompagnées. Nous reconnaitrons bien volontiers que nous n'avons rien inventé. Nous puisons et nous invitons à puiser dans la richesse de l'Eglise universelle et, en cela, notre démarche est très consciemment œcuménique. Mais surtout, nous souhaitons aider à répondre à l'attente de ces personnes qui veulent avancer et qui souffrent de piétiner, qui «savent» tout ce qu'il y a à savoir, mais qui ne le vivent pas ou trop peu. Nous confondons trop souvent les mots et les choses car, comme le dit Pascal : «Les hommes prennent souvent leur imagination pour leur cœur; et ils croient être convertis dès qu'ils pensent à se convertir¹». Nous savons tous qu'il est possible d'avoir sur la foi les meilleures idées possibles, mais de ne pas en vivre grand chose et c'est une frustration chez beaucoup de chrétiens et en particulier chez des évangéliques. Entrer plus profondément dans la réalité de la vie chrétienne, c'est le but essentiel de l'AS. Il s'agit en effet essentiellement d'entrer dans un chemin de vérité, d'approfondissement de notre foi dans le tissu de notre existence, bien au-delà des mots, des formules toutes faites auxquelles nous adhérons mais qui ne correspondent pas vraiment à une réalité. Nous passons d'une existence spirituelle parfois solitaire au sein d'une communauté assez large à une relation profonde et vraie avec une personne qui nous permet d'être nous-mêmes vrais devant les autres, devant nous-mêmes et devant Dieu. Et ce passage par notre vérité la plus profonde est le passage obligé de toute croissance spirituelle mais aussi de tout service fécond dans l'Eglise.

1 Pascal, Pensées, 975 (L), 275 (B).