

« Le temps que nous vivons n'est que le prélude d'un autre temps »

Que faisons-nous du temps qui nous est donné ? Entre repos et temps de travail, action et contemplation, comment arbitrons-nous ? Dieu y a-t-il une place ? Ce sont quelques-unes des questions que nous avons posées au Père Abbé de l'abbaye cistercienne de Bellefontaine. Après tout, ce sont les moines qui ont su, parmi les premiers, régler cette question de la « gestion du temps » à laquelle nous invitent le pape François et le document de la Conférence des évêques de France sur les « Nouveaux Modes de vie ».

Une « vie bonne » est une vie qui trouve un équilibre entre temps de repos et temps de travail. Comment un moine organise concrètement son temps ?

Frère Jean-Marc : « Nous suivons la règle de saint Benoît qui programme très concrètement l'horaire de la journée. C'est une expérience séculaire qui a fait ses preuves. Si nous nous en inspirons fortement, aujourd'hui nous ne pouvons plus suivre à la lettre les horaires indiqués dans la règle de saint Benoît. Au 6ème siècle, les moines vivaient en fonction des saisons et la durée des heures variait selon la saison d'hiver et d'été. C'était donc un tout autre rythme, proche de la nature, un rythme plus cosmique que nous n'avons plus. Notre horaire est bien pensé tout de même avec des temps de prière qui structurent la journée, des temps d'activité et de travail programmés et des temps libres. Il y a une alternance entre rythme communautaire et rythme plus personnel et moins structuré ».

Sur ce point vous vous différenciez des laïcs qui connaissent des journées de travail bien pleines et des temps de repos plutôt en fin de semaine. Un moine cherche cette alternance dans sa journée...

Fr J-M. : « Le dimanche est marqué par des offices un peu plus longs et plus denses mais il est également structuré comme les jours de semaine. Un moine ne fait pas trop la différence et n'attend pas le week-end pour se reposer ! Chaque journée est en elle-même équilibrée. »
Peut-on dire qu'il y a une sagesse dans cet horaire ?

Fr. J-M. : « Certainement. Cet équilibre, c'est à chacun de le soigner pour en tirer profit. Les moines comme les laïcs sont des humains. Certains sont des rapides, d'autres sont plus lents. Certains courent toujours après le temps, d'autres savent tirer profit du moindre moment. Chacun a un rapport au temps qui est particulier. C'est à la fois heureux et compliqué parce que, en communauté, nous n'avons pas tous le même rythme ni le même rapport aux activités ».

Qu'incluez-vous dans le repos. Le silence en fait-il partie ?

Fr. J-M. : « Il y a le repos physique du sommeil qui est pour nous très réparateur. Le rythme de vie, régulier, n'est pas trop stressant... on n'a pas de train à prendre pour aller au travail. Ensuite il y a les plages de silence. A partir de la fin du dernier temps de prière, le soir, jusqu'au lendemain matin à la fin de la messe c'est ce que nous appelons le temps du grand silence qui induit un rythme de vie différent de celui de la journée. Ce rythme et ce silence sont reposants, réparateurs et nourrissants. Très tôt le matin, nous apprécions le temps de méditation personnelle et le temps de lectio divina (lecture spirituelle). Ce temps de la nuit, avant le lever du jour, est particulier. C'est un peu le moteur de la journée, là où nous puisons l'énergie dans la prière et à l'écoute de la Parole de Dieu. Il y a une atmosphère particulière, le rythme est différent et il n'y a pas de téléphone pour le parasiter ».

Les laïcs peuvent-ils s'inspirer de cette vie monastique en l'adaptant à leur genre de vie ?

Fr. J-M. : « Il ne faut pas vouloir transposer ou copier mais il est possible de s'en inspirer. Il y a par exemple une régularité dans la vie monastique qui ne fige pas les activités ou la vie mais qui installe le corps et l'esprit dans un rythme bienfaisant, structurant. Certains jeunes ont du mal à structurer leur journée parce qu'il y a un manque de régularité. Il peut y avoir chez eux une tendance à papillonner dans le temps ».

« Le temps consacré à la contemplation n'est pas du temps perdu » dit le document des évêques sur les « Nouveaux modes de vie ». Pensez-vous possible de faire de la place à la

contemplation tout en assurant les besoins d'une communauté que celle-ci soit un monastère, une famille ou une entreprise ?

Fr. J-M. : « Nous créons la difficulté en morcelant nos journées et nos agendas. Normalement, nos conditions de vie nous permettent de trouver une forme harmonieuse de vie entre contemplation et activités. Il est surprenant de constater que de grands contemplatifs comme sainte Thérèse d'Avila ou saint Jean de la Croix étaient très engagés sur le plan matériel en particulier dans la construction de monastères. Contemplation et lectures spirituelles sont des temps nourrissants qui nous tiennent en présence de Dieu durant la journée. Cela crée un autre rapport au temps et aux activités. Si notre être intérieur est habité, il ne se laisse plus absorber par une agitation ou un activisme débordant et malsain ».

La tentation est évidemment de prendre sur mon temps de contemplation pour mes activités. Cette tentation existe-t-elle dans les monastères ?

Fr J-M. : « Elle peut exister. Certains vont dire « je n'ai pas le temps de faire ma lectio divina ! ». Je renvoie alors la question : « Quel temps te donnes-tu pour cela ? ». La technologie peut quelquefois nous rattraper et nous empêcher de prendre ce temps auquel nous aspirons... ».

En principe cette technologie ne franchit pas la porte de l'abbaye...

Fr J-M. : « Oui, et en même temps il est tentant parfois de régler un problème rapidement avec l'ordinateur. On règle une chose puis une autre... Cela peut être un piège. Le temps peut être occupé à régler des choses et la dimension contemplative peut en souffrir. L'essentiel est de ne pas faire entrer en concurrence action et contemplation pour que toute notre vie soit habitée de la présence à Dieu ».

Pour les laïcs c'est aussi un piège. Comment l'éviter ?

Fr J-M. : « Il faut se donner des moyens. Par exemple se dire que pendant le repas je laisse mon téléphone, ou bien je prends un quart d'heure de méditation donc pas de téléphone. C'est à chacun de se donner une petite exigence qui est de l'ordre de l'hygiène de vie. Certains jeunes sont conscients de cette dépendance et viennent séjourner dans une abbaye pour s'en débarrasser. J'ai connaissance d'un jeune (ce n'était pas à Bellefontaine) qui a fait cette démarche. Il a averti sa famille et ses amis qu'il ne serait pas joignable pendant une semaine. Cela a certainement changé quelque chose dans sa vie. Sans aller jusqu'à une semaine il est possible de se passer de téléphone pendant une journée ».

Beaucoup de laïcs viennent se reposer dans votre abbaye. Quelles sont leurs aspirations vis à vis du temps ?

Fr J-M. : « Ils ont une forte attente d'entrer dans un autre rythme que leur rythme habituel, soutenu et parfois intenable. Ils découvrent ici un rythme plus lent et aussi un cadre, une atmosphère de silence, de prière, de recueillement. Ils recherchent à la fois un temps qui les fasse expérimenter une forme de rupture par rapport à leur quotidien et entrer dans une démarche de prière et d'approfondissement ».

Cet apostolat auprès des laïcs est-il important pour un cistercien ?

Fr J-M. : « L'accueil est une forme d'apostolat et l'accueil a toujours fait partie de la vie monastique bénédictine et cistercienne. Nous accueillons les hôtes en leur donnant la possibilité de découvrir ce que nous vivons et de participer à la liturgie. Ce type d'accueil et aussi le cadre de vie sont appréciés et nous y sommes attentifs pour qu'ils ressentent que Dieu est là. Nous sommes persuadés que le beau conduit à l'au-delà ou le fait désirer. Nous essayons aussi de leur faire percevoir que le temps que nous vivons aujourd'hui n'est que le prélude d'un autre temps, celui de l'éternité qui en réalité n'est pas du temps (l'éternité est hors du temps). Ce que nous vivons est un temps de préparation. Nous savoir promis à l'éternité nous donne l'espérance qui aide à bien vivre le temps présent. Nous souhaitons être le signe de quelque chose d'autre ».

Propos recueillis par Bruno Mollard