

« Voyez mes mains et mes pieds : c'est bien moi ! Touchez-moi, regardez : un esprit n'a pas de chair ni d'os comme vous constatez que j'en ai ! »

Jésus Ressuscité insiste auprès des apôtres pour leur montrer qu'il est ressuscité avec son corps et pas seulement avec son esprit, avec son âme. Nous chrétiens nous croyons, nous devons croire pas seulement à l'immortalité de notre âme mais à l'immortalité de notre corps, à la résurrection de notre corps, à notre résurrection corps et âme. Cela veut dire que dès maintenant il nous faut entrer en relation avec le Christ Ressuscité avec notre corps et pas seulement avec notre intelligence qui cherche à le connaître, pas seulement avec notre cœur qui cherche à l'aimer, pas seulement avec notre volonté qui cherche à faire ce qu'il nous demande de faire. **Vivre la foi chrétienne ce n'est pas seulement l'affaire de notre intelligence, de notre cœur, de notre volonté mais l'affaire de notre corps** : cherchons à entrer en relation avec le Christ vivant avec notre corps, c'est-à-dire avec ce que la spiritualité chrétienne appelle **« les sens spirituels »**. Notre corps a cinq sens : le regard, l'ouïe, l'odorat, le goût, le toucher. **Cherchons donc à accueillir le Christ Vivant avec nos cinq sens spirituels, autrement dit, cherchons à le voir, à l'écouter, à le ressentir, à le goûter, à le toucher, ou plus exactement à nous laisser toucher par lui.**

1. **Cherchons à voir le Christ** : évidemment ne cherchons pas à le voir directement avec nos yeux comme St Thomas à qui Jésus disait dimanche dernier : *« Heureux ceux qui croiront sans avoir vu ! »* **Cherchons à voir le Christ non en lui-même dans des visions ou des apparitions mais dans les signes par lesquels il se manifeste à nous.** Dans nos vies Jésus se fait voir chaque jour par des milliers de signes, des événements, des rencontres, des choses qui se passent où l'on se dit : ce qui s'est produit là aujourd'hui, ce qui s'est passé, ça n'a pas pu se passer tout seul, ce n'est pas naturel, ce n'est pas humain, c'est une intervention de Dieu, c'est une manifestation du Christ, de son action, de sa présence. Ces manifestations du Christ, ce ne sont pas forcément des choses extraordinaires, des miracles, des choses sensationnelles inexplicables, ça peut-être des choses toutes simples mais dans lesquelles on voit qu'il y a plus de nous-mêmes : la présence et l'action du Christ Vivant ! Chaque soir, et même plusieurs fois dans la journée, arrêtons-nous et regardons ce qui s'est passé dans notre vie pour voir le Christ à l'œuvre dans tous les signes qu'il nous fait !
2. **Cherchons à écouter le Christ** : il nous parle dans notre conscience, dans notre cœur quand on se demande à propos de tel événement : *« Qu'est-ce que le Christ a à me dire à travers ce qui s'est passé ? »* Mais il nous parle surtout par sa parole, la Bible, et surtout les Évangiles évidemment. Oui ouvrons les Évangiles chaque jour, essayons au moins de nous arrêter sur l'Évangile du jour, lisons-le, relisons-le jusqu'à ce qu'un mot, une phrase, une idée nous touche, nous parle, devienne un appel. Parfois il faut du temps avant d'entendre ce que le Seigneur nous demande aujourd'hui : laissons donc le texte résonner en nous, ruminons-le toute la journée et tout d'un coup, souvent au moment où l'on s'y attend le moins, ça y est : on entend l'appel du Seigneur, ce qu'il avait à nous dire à ce moment précis de notre vie.
3. **Cherchons à sentir, à ressentir le Christ, c'est-à-dire mettons-nous face à lui de temps à autre pour nous demander ce qu'il produit en nous, dans notre sensibilité, quel effet il a sur notre sensibilité.** Comme je l'ai dit au début tout à l'heure, il ne s'agit plus seulement de nous demander avec notre intelligence ce que nous savons de lui, quelles idées nous avons sur lui, ni de nous demander avec notre cœur si nous l'aimons sincèrement et profondément, ni de nous demander avec notre volonté si nous agissons comme il le veut lui-même. **Non pour ressentir le Christ, il faut nous demander quels bienfaits il produit en nous, quel bien-être il nous donne.** Notre esprit ne cesse de penser à des personnes, à des activités, à des situations vécues et suivant à qui ou à quoi on pense, on se sent bien, très bien ou au contraire mal, très mal, on a un ressenti positif, très positif ou au contraire négatif, très négatif. **Eh bien, rencontrer le Christ Vivant avec notre sensibilité, c'est penser à lui, l'imaginer, se le représenter, se le rendre présent jusqu'à ce qu'on éprouve un grand bien-être, jusqu'à ce qu'on se sente bien en sa présence.** Oui rencontrer le Christ Vivant ce n'est pas seulement nous former intellectuellement pour avoir une pensée juste sur lui, ce n'est pas seulement stimuler notre cœur pour l'aimer vraiment, ce n'est pas seulement réveiller notre volonté pour faire ce qu'il nous demande, mais c'est travailler notre sensibilité pour ressentir le Christ comme le plus grand des bien-être intérieurs !

4. **Cherchons à goûter le Christ** comme le psaume 33 nous y invite : « *Goûtez et voyez comme est bon le Seigneur.* » Pour cela **apprenons à faire « oraison »**, c'est-à-dire à nous mettre en présence du Seigneur pour goûter, savourer ce que cette Présence nous apporte. Goûtons la paix, le calme, la sérénité profonde que la Présence du Seigneur nous apporte. Goûtons la joie d'être habité, de sentir que notre âme, notre intériorité n'est pas vide mais remplie de cette Présence qui nous comble de sa plénitude. Goûtons la confiance et l'espérance que nous procure cette Présence du Seigneur : s'il est avec nous, en nous, qui sera contre nous comme le dit Paul, nous n'avons plus peur de rien, plus rien n'est impossible, nous pouvons tout espérer. Goûtons la Lumière de cette Présence intime qui nous éclaire : tout prend sens quand on est ainsi habité, la vie, la mort prennent tout leur sens, on sait pourquoi on vit, on sait déjà ce qu'après la mort on vivra. Goûtons aussi la force, l'élan, l'énergie que la Présence du Christ en nous nous donne : le Christ n'est pas là en nous d'une manière statique mais dynamique, il répand en nous comme sur les Apôtres son souffle, son énergie, le souffle des nouveaux départs, le souffle qui nous relance dans notre mission sur terre. Oui en faisant « oraison », en vivant des temps de cœur à cœur avec le Seigneur, goûtons tout ce que sa Présence nous apporte quand il vient nous habiter, quand on le laisse venir nous habiter au plus profond de nous.
5. **Voir, écouter, ressentir, goûter le Christ, cherchons enfin à le toucher ou plus exactement à nous laisser toucher par Lui.** Dans l'Évangile de ce dimanche, le Christ dit à ses apôtres : « *Regardez-moi, touchez-moi !* » En fait, c'est d'abord lui qui les touche, les renverse, les bouleverse, puisqu'il leur dit : « *Pourquoi êtes-vous bouleversés ?...* » Quand le Christ fait irruption dans notre vie, il nous bouleverse, autrement dit il nous transforme radicalement. Pour certains ce bouleversement est émotionnel : ils nous affirment que le Christ les a tellement touchés qu'ils se sont mis à pleurer. Pour d'autres, la plupart des autres, **ce bouleversement est spirituel** : quand on rencontre le Christ vraiment, quand on le sent vivant en nous et pas seulement dans notre tête, on ne peut plus vivre comme avant ; comme on le dit dans le langage courant, **on est « touché » par la Grâce, on se sent porté par le Christ à vivre autrement** et à témoigner de ce changement de vie. Le bouleversement spirituel quand on est touché par la Grâce du Christ c'est de pouvoir dire : je n'arrivais pas à maîtriser mes colères, mon impulsivité, mon agressivité, j'ai fait des efforts... Sans résultat, et puis un jour il s'est passé quelque chose en moi, « j'y suis arrivé grâce à Dieu, en tout cas c'est ma conviction : depuis je ne me laisse plus emporter pour un rien, je maîtrise mes nerfs, mes passions... J'étais souvent triste, désabusé, pessimiste, négatif... et voilà que depuis que je sens la Présence du Christ en moi, je suis positif, confiant et je sens encore une joie profonde..... Je n'arrivais pas à prier, à me concentrer pour prier car à chaque fois que j'essayais mon esprit et mon imagination partaient dans tous les sens, jamais vers Dieu... et maintenant j'arrive à avoir de bons moments de prières, c'est vraiment l'Esprit de Dieu qui me porte vers Lui !... Je n'arrivais pas à parler de ma foi, je n'osais pas, j'étais gêné d'en parler et maintenant je sens un élan intérieur à certains moments qui me pousse à discuter de ma foi avec les autres, je ne me force même pas, ça devient naturel, c'est vraiment l'œuvre du Christ en moi... » **Oui nous pouvons tous témoigner de nos transformations spirituelles qui ne s'expliquent pas par nos seuls efforts mais par ce plus de l'Esprit Saint en nous, ce plus de la Grâce du Christ qui nous touche.**

Aujourd'hui comme les Apôtres il y a deux mille ans le Christ Vivant est là au milieu de nous : il nous dit comme à eux : Regardez-moi, touchez-moi, écoutez-moi, ressentez en vous ma Présence, goûtez-moi, nourrissez-vous de moi, accueillez-moi avec votre intelligence, votre cœur, votre volonté mais aussi avec votre corps, accueillez-moi avec tous vos sens spirituels. » Amen !

Père René Pichon