Prier dans la ville
S'arrêter, prier ensemble

# L'éducation du regard

Soeur Carine Michel
Communauté de Nancy

Lire le podcast

Évangile

**TO-10 - Vendredi**

Matthieu 5, 27-32

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Vous avez appris qu'il a été dit :*Tu ne commettras pas d'adultère.* Eh bien ! moi, je vous dis : Tout homme qui regarde une femme avec convoitise a déjà commis l'adultère avec elle dans son cœur. Si ton œil droit entraîne ta chute, arrache-le et jette-le loin de toi, car mieux vaut pour toi perdre un de tes membres que d'avoir ton corps tout entier jeté dans la géhenne. Et si ta main droite entraîne ta chute, coupe-la et jette-la loin de toi, car mieux vaut pour toi perdre un de tes membres que d'avoir ton corps tout entier qui s'en aille dans la géhenne.
Il a été dit également :*Si quelqu'un renvoie sa femme, qu'il lui donne un acte de répudiation.* Eh bien ! moi, je vous dis : Tout homme qui renvoie sa femme, sauf en cas d'union illégitime, la pousse à l'adultère ; et si quelqu'un épouse une femme renvoyée, il est adultère. »

Méditation

## L'éducation du regard

Après le déclenchement d'une alarme dans un musée, le visiteur répond : « Mais je n'ai rien fait, rien touché, j'ai simplement regardé ! » Mais regarder ce n'est pas exactement « ne rien faire ». Tout ce qu'on voit n'est pas sans conséquence sur nous-mêmes. Tout ce qui passe par les yeux vient se reposer dans le cœur. Prenons donc soin de notre cœur : il est trop précieux. Il n'est pas qu'un muscle, mais aussi une formidable banque d'images. Il ne conviendrait pas d'y mettre n'importe quoi.

Une longue tradition biblique associe le cœur et les yeux. Dans le livre de Job, nous trouvons : « Si mes pas ont dévié du droit chemin, si mon cœur fut entraîné par mes yeux et si une souillure adhère à mes mains, qu'un autre mange ce que j'ai semé et que soient arrachées mes jeunes pousses ! » (Jb 31, 7-8) Job connaît aussi la faiblesse de son cœur lorsqu'il se laisse entraîner par ses yeux à regarder ce qui le tente. « J'avais fait un pacte avec mes yeux, au point de ne fixer aucune vierge. » (Jb 31, 1)

Pour nous aussi, une certaine ascèse du regard est nécessaire. Dans ce monde d'image, nous savons que tout n'est pas bon à regarder et qu'une certaine complaisance peut finir par nous ligoter intérieurement. Il ne faut pas être naïf et savoir choisir ce qu'on regarde à la télévision ou sur internet. Il faut éduquer notre regard pour qu'il ne s'attarde pas sur ce qui nous fait du mal.

Mais, et d'une manière aussi importante, il nous faut nourrir notre regard et notre cœur de bonnes choses. Profitons de la beauté de la nature pour y discerner les traces de Dieu. Contemplons la beauté d'un visage qui sourit et nous sentirons, à notre tour, un sourire éclairer notre visage. Car le vrai sourire, celui du cœur et des yeux, est contagieux !

*Extrait de Matthieu Pas à Pas*

Traduction liturgique de la Bible :©AELF - Paris - Tous droits réservés.

Cliquez ici pour vous désabonner de Prier dans la ville