



PAROISSE SAINTE-ANNE DE LA BUTTE-AUX-CAILLES

**Un Carême avec
saint François de Sales :
« La vie spirituelle pour tous »**



**Livret de Carême
du 14 février au 30 mars 2024**

Illustrations

couverture : Noël Hallé, *Saint François de Sales donnant à sainte Jeanne de Chantal la règle de la Visitation*.

page 3. Portrait de saint François de Sales

page 3. Jean Restout, *Saint Vincent de Paul nommé supérieur de la Visitation par Saint François de Sales*, 1732, Eglise Ste-Marguerite (Paris)

page 5. Augustin Pajou, *Saint François de Sales*, sculpture, église Saint-Roch (Paris)

page 9. Thomas Couture, *La prière*, vers 1860, Beauvais, Musée de l'Oise.

page 14. Attribué à frère Jean André, *Saint Vincent de Paul et les Dames de la Charité*, vers 1732, Musée Carnavalet (Paris)

page 20. Abbaye Saint-Benoît-sur-Loire, chapiteau de la tour-porche, *Diabole et ange se disputant une âme*.

page 24. Jéricho, église du Bon Pasteur, *Jésus reçu par Zachée*.

page 27. Abbaye de Solesmes, Chapelle côté sud, vitrail de la Sainte Cène.

Présentation : la sainteté pour tous

1. La « vie dévote » selon saint François de Sales

Une femme très engagée dans de nombreuses activités dans le monde se plaignait un jour auprès de son accompagnateur spirituel de ne pouvoir prier autant que les religieux dans les monastères. Celui-ci lui répondit que la vie de prière était possible pour chacun, selon son état de vie, et il écrivit un long traité où il lui donnait des conseils très concrets pour avancer sur le chemin de la vie spirituelle.

Cette femme, Louise de Charmoisy, qui vivait au début du XVII^e s., a été ainsi à l'origine d'un des livres majeurs de la littérature spirituelle, l'*Introduction à la vie dévote*. L'auteur, c'est saint François de Sales. L'ouvrage est composé des lettres que spirituelles qu'il avait adressées à sa dirigée. Il l'adresse à « sa chère Philothée », un



personnage fictif dont le nom, en grec, signifie « amie de Dieu ». Il paraît à Lyon en 1608. Il connaît tout de suite un très grand succès et sera de nombreuses fois réédité.

Vous trouverez dans ce livret de Carême quelques passages de cet ouvrage qui nous aideront sur notre chemin de Carême. Nous pourrions l'utiliser seul, ou en petites équipes qui s'organiseront de façon informelle chaque semaine pour un temps d'échange et de prière.

La langue de saint François de Sales est celle des XVI^e-XVII^e s. Beaucoup d'expressions peuvent nous déconcerter. Hormis quelques adaptations qui s'avéraient nécessaires, nous avons souhaité garder la langue de saint François de Sales, qui est très belle et souvent très expressive. C'est le cas du terme de « dévotion », que l'on emploie rarement et qui nous peut nous sembler assez désuet, même s'il existe toujours dans notre langue. Il signifie l'engagement dans la vie spirituelle. Saint François de Sales écrit : « Ceux qui ont traité de la dévotion ont presque tous regardé l'instruction des personnes fort retirées du commerce du monde... Mon intention est d'instruire ceux qui vivent ès villes, ès ménages, en la cour, et qui par leur condition sont obligés de faire une vie commune quant à l'extérieur... ». Il veut mettre à la portée de tous l'enseignement spirituel de l'Eglise. « C'est une erreur, et même une hérésie, de vouloir bannir la vie dévote de la compagnie des soldats, de la boutique des artisans, de la cour des princes, du ménage des gens mariés (...), où que nous soyons nous devons aspirer à la sainteté » (I,3).

Il nous ramène simplement à l'Évangile, où Jésus s'adresse à tous ceux qui veulent le suivre, accueillir son salut, se laisser transformer par Dieu et vivre de sa Vie. Son projet, c'est « la sainteté pour tous », comme l'explique le pape François dans son exhortation apostolique *Gaudete et exultate* (« L'appel à la sainteté dans le monde

actuel », 2018, n° 10) : « ce que je voudrais rappeler par la présente Exhortation, c'est surtout l'appel à la sainteté que le Seigneur adresse à chacun d'entre nous [...]. Le Concile Vatican II l'a souligné avec force : "Pourvus de moyens salutaires d'une telle abondance et d'une telle grandeur, tous ceux qui croient au Christ, quels que soient leur condition et leur état de vie, sont appelés par Dieu, chacun dans sa route, à une sainteté dont la perfection est celle même du Père" [*Lumen Gentium* 11] »

2. Les étapes du Carême

Le Carême est un itinéraire spirituel qui nous prépare à renouveler les promesses de notre baptême à Pâques. Il consiste à aller au désert pendant quarante jours avec le Christ, dans un esprit de pénitence et de conversion : « *convertissez-vous et croyez à l'Évangile* ». Le sacrement de la confession en est une étape décisive. Au terme, nous célébrerons les jours saints où le Christ a institué l'eucharistie, a donné sa vie pour notre salut et est ressuscité le troisième jour. Le point culminant de la célébration de Pâques, c'est la célébration de l'eucharistie à laquelle nous nous sommes préparés.

Ce livret nous propose des étapes concrètes pour nous engager sur ce chemin.

- En introduction, **après les Cendres** (14 au 17 février), une entrée en matière : « **La vie spirituelle pour tous** ».

- Ensuite, les trois domaines de notre vie spirituelle dont parle Jésus dans l'évangile du mercredi des cendres (cf. Mt 6) : prière, jeûne et partage. Pour la **première semaine** de Carême (18 au 24 février), **la prière**. Pour la **deuxième** (25 février au 02 mars), **la pénitence et la conversion**. Pour la **troisième** (03 au 09 mars), **la charité**.

- Nous vous proposons ensuite une préparation à la confession pascale, tout d'abord, lors de la **quatrième semaine** de Carême (10 au 16 mars) en donnant quelques exemples pour nous aider dans nos **combats spirituels**, ensuite, lors de la **cinquième semaine** (17 au 23 mars), pour nous préparer directement à **la confession**.

- Le Carême nous prépare au renouvellement de nos promesses de baptême à Pâques et la **communión**, par laquelle nous sommes pleinement unis au Christ. Ce sera l'objet de la **sixième semaine** de Carême (24 au 30 mars), qui est aussi la Semaine Sainte.

Je remercie le père Thierry de Lesquen, curé de la paroisse Saint-Albert le Grand, qui a conçu ce parcours – choix des textes, questions et prières – que nous avons repris, en le simplifiant, pour la paroisse Sainte-Anne.

Bonne route de Carême avec saint François de Sales

Père Henri de l'Épervier

Pour lire l'*Introduction à la vie dévote* en entier : Saint François de Sales, *Introduction à la vie dévote*, Livre de Vie, Seuil, 1995.

Il existe une version en français contemporain : Saint François de Sales, *Introduction à la vie dévote*, Spiritualité Lexio, 2016.

Saint François de Sales

1. Biographie

François est né le 21 août 1567 au château de Sales, près d'Annecy en Haute-Savoie, qui est à l'époque une terre indépendante. Il est baptisé une semaine plus tard à l'église paroissiale de Thorens.

Entre 1578 et 1591, François poursuit des études de droit civil et canonique à Paris, puis à Padoue en Italie. Durant cette période, François traverse une crise spirituelle due à l'influence calviniste et à l'idée de prédestination. Il se croit damné et vit de grandes angoisses. Il en est libéré grâce à la prière du *Souvenez-vous Ô Marie* de saint Bernard de Clairvaux et prononce ce bel acte d'abandon : « Quoiqu'il arrive, je vous aimerai Seigneur, au moins en cette vie s'il ne m'est pas permis de vous aimer dans la vie éternelle, et j'espérerai toujours en votre miséricorde ». Cette épreuve va laisser son empreinte chez François qui aura une spiritualité pleine de miséricorde, de bonté et de bienveillance.

Malgré les réticences de son père, qui a pour lui de grandes ambitions professionnelles et de mariage, il désire donner sa vie à Dieu. Il est ordonné prêtre en 1593 et s'attèle courageusement à la tâche, effectuant un ministère d'apostolat. Il mène une vie austère de prière et de pénitence, accomplit avec soin ses fonctions de prêtre : il prêche, confesse, réconcilie et catéchise, sa préférence allant vers les pauvres et les détenus ainsi que les enfants. En 1602 il est nommé évêque du diocèse de Genève, la

ville est à l'époque un fief calviniste et François exerce une difficile mission pour apporter la foi catholique à son diocèse. Plaçant la prédication au cœur de sa mission, il cherche à ramener les protestants à la vraie foi par le moyen de la charité. Il forme les prêtres de son diocèse pour en faire de véritables « dévots », c'est-à-dire cultivés et compétents. Pour toucher les personnes qu'il ne peut rencontrer, il écrit des lettres personnelles, affiche ses textes dans les endroits publics ou les passe sous les portes, il publie aussi des sortes de petites « gazettes », créant ainsi sans le savoir le premier « journal » catholique. François rencontre à Paris saint Vincent de Paul qui devient son ami et dira de lui : « J'étais porté à voir en lui l'homme qui a le mieux reproduit le Fils de Dieu sur terre ».

Il fonde en 1610 avec sainte Jeanne de Chantal, l'ordre de la Visitation Sainte-Marie à Annecy. C'est dans cet ordre que sainte Marguerite-



Marie Alacoque recevra une soixantaine d'années plus tard les révélations du Sacré Cœur de Jésus. Épuisé par la tâche apostolique, il meurt le 28 décembre 1622 à Lyon.

François de Sales est canonisé en 1665. En 1877, Pie IX le proclame Docteur de l'Église. Il est le patron des écrivains et journalistes catholiques. Il est aussi le patron des sourds-muets pour s'être occupé, durant 17 ans, d'un homme atteint de ce handicap. La fête de saint François de Sales est fixée au 24 janvier.

2. Les écrits de saint François de Sales

Les écrits de saint François de Sales se composent de ses nombreux sermons et entretiens, ainsi que de sa correspondance. Ses *lettres* (plus de 2000) témoignent de son charisme de directeur spirituel et de son inlassable activité apostolique.

Son ouvrage rédigé en 1608 : *L'Introduction à la vie dévote*, rassemble des lettres adressées à une Philothée (amie de Dieu), ce livre répondait parfaitement aux attentes spirituelles de l'époque et connut immédiatement un grand succès. Édité à plusieurs reprises, ce fut un best-seller au XVII^e.

François de Sales rédigea aussi en 1616 le *Traité de l'Amour de Dieu* qui s'adresse à toute âme « amoureuse » de Dieu pour l'aider à progresser sur le chemin d'une union de plus en plus profonde avec Lui, quelle que soit sa vocation propre.

Source : <https://hozana.org/saints/saint-francois-de-sales>

Après les Cendres

14 au 17 février

La vie spirituelle pour tous

I,1. Description de la vraie dévotion (extraits) :

[...] Il faut avant toutes choses que vous sachiez que c'est que la vertu de dévotion [...].

Celui qui s'adonne au jeûne se croira bon dévot pourvu qu'il jeûne, quoique son cœur soit plein de rancune ; et n'osant pas tremper sa langue dans le vin ni même dans l'eau, par ascèse, n'hésitera pas à la plonger dans le sang du prochain par la médisance et la calomnie.

Un autre s'estimera dévot parce qu'il dit une grande multitude de prières tous les jours, quoi qu'après cela sa langue se répande en paroles méchantes, arrogantes et injurieuses [...].

Un autre tire fort volontiers l'aumône de sa bourse pour la donner aux pauvres, mais il ne peut tirer la douceur de son cœur pour pardonner à ses ennemis. [...]

Tous ces gens-là sont vulgairement tenus pour dévots, et ne le sont pourtant nullement. [...]

La vraie et vivante dévotion [...] présuppose l'amour de Dieu. [...]

Les autruches ne volent jamais ; les poules volent, lourdement toutefois, bas et rarement ; mais les aigles, les colombes et les hirondelles volent souvent, vite et haut. Ainsi, les pécheurs ne volent pas en Dieu, mais courent sur la terre et pour la terre ; les gens de bien qui n'ont pas encore atteint la dévotion volent en Dieu par leurs bonnes actions, mais rarement, lentement et lourdement ; les personnes dévotes volent en Dieu fréquemment, vite et haut.

Bref, la dévotion n'est autre chose qu'une agilité et vivacité spirituelle par le moyen de laquelle la charité fait ses actions en nous, ou nous par elle, avec empressement et amour ; et comme il appartient à la charité de nous faire [...] pratiquer tous les commandements de Dieu, il appartient aussi à la dévotion de nous les faire faire avec empressement.

C'est pourquoi celui qui n'observe pas tous les commandements de Dieu ne peut être estimé ni bon ni dévot, puisque pour être bon il faut avoir la charité, et pour être dévot il faut avoir, outre la charité, un grand empressement aux actions charitables.

Questions :

En ce début de carême, j'examine attentivement la qualité de ma relation à Dieu :

- Qu'est-ce que je lui donne concrètement comme temps dans ma vie ?
- Qu'est-ce que je lui refuse ? Quels sont les commandements divins auxquels je n'obéis pas ?
- Qu'est-ce que je peux décider pour stimuler et nourrir en moi l'amour de Dieu (lecture spirituelle, biblique, préparation des textes de la messe, prière plus régulière, plus longue, plus soignée, mieux préparée, à un autre moment que d'habitude, prière d'adoration à l'église, chapelet, messe en semaine, confession,...) ?
- Qu'est-ce que je peux décider pour développer en moi l'amour de mon prochain

(service, mission, partage...)

- De quoi faut-il que je me prive pour rendre cela possible (temps, loisir, nourriture,...) ?

Prière : Seigneur donne-moi la lumière dont j'ai besoin pour discerner ce que tu attends de moi pour ce carême. J'ai confiance que tu me donneras la force de l'accomplir en persévérant jusqu'au bout de ces 40 jours dans un esprit de conversion à ta vie de charité.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



I,III. La dévotion convient à toutes sortes de vocations et professions (extraits) :

[...] La dévotion doit être exercée différemment par le gentilhomme, par l'artisan, par le valet, par le prince, par la veuve, par la fille, par la mariée ; et non seulement cela, mais il faut aussi ajuster la pratique de la dévotion aux forces, aux affaires et aux devoirs de chacun.

[...] Serait-il juste que l'Evêque voulut être solitaire comme les Chartreux ? Et si les mariés ne voulaient rien amasser comme les Capucins, si l'artisan était tout le jour à l'église comme le religieux, et le religieux toujours exposé à toutes sortes de rencontres pour le service du prochain, comme l'Evêque, cette dévotion ne serait-elle pas ridicule, déréglée et invivable ?

[...] Non, la dévotion ne gâte rien quand elle est vraie, mais elle perfectionne tout, et si elle est contraire à la vocation légitime de quelqu'un, elle est sans doute fausse.

"L'abeille," dit Aristote, "tire son miel des fleurs sans les blesser", les laissant intactes et fraîches comme elle les a trouvées ; mais la vraie dévotion fait encore mieux, car non seulement elle ne gâte aucune vocation, mais au contraire elle les orne et embellit.

[...] C'est une erreur [...] de vouloir bannir la vie dévote de la compagnie des soldats, de la boutique des artisans, de la cour des princes, du ménage des gens mariés. Il est vrai [...] que la dévotion purement contemplative, monastique et religieuse ne peut être exercée en ces vocations là ; mais outre ces trois sortes de dévotion, il en existe d'autres, parfaitement capables de perfectionner ceux qui vivent dans le monde. [...] Où que nous soyons, nous pouvons et devons aspirer à la vie parfaite.

Questions :

- A quoi est-ce que le Seigneur m'appelle personnellement (tenant compte de mon état de vie, mes activités, ma santé, mon âge...) ?
- Quelle est ma vocation particulière à la perfection (cf. Mt 5,48) ?
- Est-ce que je crois vraiment que le Seigneur peut faire de moi un saint dans l'état particulier où je suis ?

Prière :

Seigneur, fais grandir en moi le désir de la sainteté, de cette vie parfaite particulière que tu veux pour moi et pour l'éternité. Donne-moi d'aimer pleinement ma vie, d'aimer les joies comme les peines, d'aimer me donner à travers elles, me donner à toi et au monde à ton image.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

1^{ère} semaine de Carême

18 au 24 février

La prière

II,1. Nécessité de l'oraison

1. C'est par l'oraison que la lumière divine illumine notre intelligence et que l'amour céleste échauffe notre volonté. Il n'y a donc rien qui guérisse mieux notre intelligence des ignorances, et notre volonté de ses mauvais penchants. [...]

2. Je vous conseille surtout l'oraison mentale, l'oraison du cœur, et particulièrement celle qui se fait autour de la vie et de la Passion de Notre Seigneur. En le contemplant souvent par la méditation, toute votre âme se remplira de lui. Vous apprendrez comment il vivait et, et vous modélerez vos actions sur les siennes. Il est la lumière du monde (Jn 8,12). C'est donc en lui, par lui et pour lui que nous devons être éclairés et illuminés. [...] Comme les enfants qui à force d'entendre leur mère et de balbutier en sa présence, apprennent à parler comme elle, nous aussi, en demeurant auprès du Sauveur par la méditation, attentifs à ses paroles, ses actions et ses affections, nous apprendrons, avec sa grâce, à parler et agir comme lui et à vouloir ce qu'il veut.

Il faut insister là-dessus, Philothée car vous pouvez me croire, nous ne pouvons aller à Dieu le Père que par cette porte (Jn 14,6). [...] Nous ne saurions contempler ici-bas la Divinité si elle ne s'était pas unie à la sainte humanité du Sauveur. Il n'est pas de thème qui convienne mieux à notre méditation ordinaire que sa vie et sa mort, pas de

plus profitable, de plus nourrissant pour notre âme. [...]

3. Consacrez-y chaque jour une heure, si possible au début de votre matinée, parce que vous aurez votre esprit moins occupé et plus frais après le repos de la nuit. [...]

4. Si vous le pouvez, faites cet exercice dans l'église silencieuse, où vous ne serez pas dérangé. [...]

5. Commencez toujours par vous mettre en présence de Dieu [...]. Tenez cette règle sans exception, et vous verrez combien elle vous sera profitable.

6. Je vous suggère de réciter le *Pater*, l'*Ave Maria* et le *Credo* [...]. Efforcez-vous en les récitant, de graver leur sens admirable dans votre esprit et de faire vôtres les demandes qu'elles expriment. Ne vous pressez pas d'en dire

un grand nombre ; appliquez-vous plutôt à les réciter avec le cœur. [...]

7. Le chapelet est une prière très utile, pourvu que vous le disiez comme il convient. Pour cela, aidez-vous de quelque petit livre qui enseigne la façon de le réciter. Il est bon aussi de dire les litanies de Notre Seigneur, de Notre Dame et des Saints, et toutes les autres prières vocales qui sont dans les Manuels approuvés. Toutefois, si vous avez le don de l'oraison mentale, donnez-lui toujours la priorité. [...]

8. Si en priant vocalement, vous sentez votre cœur porté à l'oraison intérieure ou mentale, ne refusez pas d'y aller, mais laissez votre esprit aller tout doucement de ce côté-là. Ne vous souciez pas de n'avoir pas achevé les prières vocales que vous vous étiez fixées, car la prière mentale que vous aurez faite à la place est plus agréable à Dieu et plus utile à votre âme. [...]



9. S'il advenait, quelle qu'en soit la cause, que vous n'ayez pas pu prier de la matinée (ce que vous devez éviter autant qu'il vous est possible), essayez de le faire l'après-midi, à une heure éloignée du repas car vous risqueriez de vous assoupir. Et s'il arrivait que vous n'ayez pas pu faire oraison de toute la journée, réparez cela par des invocations lancées fréquemment et rapidement au cours de la journée, ou par une lecture spirituelle ; et faites quelque pénitence pour que cet accident ne s'incruste pas. Après quoi prenez la ferme résolution de vous remettre à l'oraison dès le lendemain.

Questions :

- Quelle est ma règle de prière quotidienne (heure, forme, durée...) ?
- Y a-t-il une place dans ma vie pour la prière d'oraison (longue et silencieuse) ?
- Est-ce que je médite souvent sur la vie du Christ pour m'aider à prier ? Est-ce que je me sens proche de lui ?

Prière : Seigneur Jésus, donne-moi le goût de la prière, la force de la vivre avec fidélité au quotidien. Je veux, pendant ce carême, reposer les fondations d'une vie de prière profonde et régulière. Je veux contempler ta vie en ce monde pour m'y conformer de toutes mes forces.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



II,II. Premier point d'une méthode pour la méditation : se mettre en présence de Dieu

Vous ne savez peut être pas, Philothée, comment il faut faire l'oraison mentale [...]. La préparation consiste en deux points, dont le premier est de se mettre en la présence de Dieu, et le second, d'invoquer son assistance. Pour vous mettre en présence de Dieu, je vous propose quatre principaux moyens, que vous pouvez utiliser tout de suite.

Le premier consiste à **prendre conscience que Dieu est partout**, qu'il n'est pas un lieu ni une chose en ce monde où il ne soit vraiment présent. Où que les oiseaux volent, ils rencontrent l'air : où que nous soyons, Dieu est présent. Tout le monde sait cela mais bien peu y prêtent attention. Les aveugles avertis de la présence d'un prince, et bien qu'ils ne le voient pas, se tiennent respectueusement. Mais comme ils ne le voient pas, ils oublient facilement sa présence et en relâchent d'autant leur maintien. Hélas ! Philothée, nous ne voyons pas Dieu et pourtant, il est là. [...] C'est pourquoi avant l'oraison, il faut toujours provoquer notre âme à prendre conscience de cette présence de Dieu. [...] Lorsque vous venez à la prière, il faut donc dire de tout cœur à votre cœur : ô mon cœur, mon cœur, Dieu est vraiment là !

Le second moyen pour se mettre en cette présence sacrée, c'est de **penser que Dieu est non seulement dans le lieu où vous êtes, mais qu'il l'est plus particulièrement dans votre cœur et au fond de votre esprit**, qu'il vivifie et anime de sa divine présence. Il est là comme le cœur de votre cœur et l'esprit de votre esprit. L'âme est présente en toutes les parties du corps. Elle réside cependant d'une manière spéciale dans le cœur. De même, Dieu est présent partout, mais il l'est d'une manière spéciale à votre esprit. [...] Considérant cette vérité, vous suscitez en votre cœur une profonde révérence à l'égard de Dieu, puisqu'il lui est si intimement présent.

Le troisième moyen consiste à **considérer notre Sauveur**. Du haut du ciel, avec

son humanité, il regarde tous les hommes du monde, et spécialement les Chrétiens qui sont ses enfants, et plus spécialement encore ceux qui sont en prière. Il regarde leurs actions et comportements. [...] C'est ainsi que saint Etienne le vit au moment de son martyre (Ac 7,55). Si bien que nous pouvons dire avec l'Épouse du Cantique: *Le voilà derrière la paroi, voyant par les fenêtres, regardant par les treillis* (Ct 2,9).

La quatrième façon consiste à **se servir de la simple imagination**, nous représentant le Sauveur en son humanité sacrée, comme s'il était auprès de nous, comme nous le ferions d'un ami : je me l'imagine qui fait ceci et cela, il me semble que je le vois, etc. Et si le très Saint Sacrement est là, alors cette présence est réelle et non seulement imaginaire. Les espèces du pain et du vin sont comme une tapisserie derrière laquelle notre Seigneur réellement présent nous voit et nous observe bien que nous, nous ne le voyions pas selon sa forme réelle.

Vous vous servirez donc de l'un de ces quatre moyens pour mettre votre âme en présence de Dieu. Il ne faut pas les employer tous ensemble, mais seulement un à la fois, et cela brièvement et simplement.

Questions :

- Est-ce que je fais l'effort de faire oraison quotidiennement, de demeurer en silence avec le Seigneur un long moment ?
- Est-ce que je fais l'effort de penser souvent à sa présence auprès de moi ? en moi ?
- Est-ce que ma connaissance de l'évangile est suffisante pour vivre facilement et fréquemment dans l'intimité du Seigneur ?

Prière : Seigneur, je me tourne vers toi car tu es là. Tu es là avant que j'en prenne conscience et je ne veux pas vivre sans toi, loin de toi. Donne-moi la grâce de ne jamais oublier que c'est toi qui nous donne tout, toi qui me donnes la vie.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

2^e semaine de Carême

25 février au 02 mars

Pénitence et conversion

I, VII. La purification de nos attachements au péché (extraits) :

Tous les Israélites sortirent de la terre d'Égypte, mais tous ne s'en détachèrent pas. C'est pourquoi au milieu du désert, plusieurs d'entre eux regrettaient de ne pas avoir les oignons et la viande d'Égypte (Nb 11,4). Il y a ainsi des pénitents qui renoncent au péché mais y restent attachés : c'est-à-dire qu'ils se proposent de ne plus pécher, mais c'est à contrecœur qu'ils vont se priver et abstenir des malheureuses délectations du péché. Leur cœur renonce au péché et s'en éloigne, mais il ne cesse pas pour autant de se retourner souvent vers lui, comme le fit la femme de Loth vers Sodome (Gn 19,26). Ils s'abstiennent du péché comme les malades le font des melons, qu'ils ne mangent pas parce que le médecin les menace de mort s'ils en mangent ; mais ils se désolent de s'en abstenir. Ils en parlent et marchandent si possible, ils veulent au moins les sentir,

et estiment bienheureux ceux qui peuvent en manger.

Par faiblesse ou par lâcheté, ces pénitents s'abstiennent pour quelque temps du péché, mais à regret ; ils voudraient bien pouvoir pécher sans être damnés, ils parlent avec goût du péché et jalourent ceux qui les commettent [...] comme fait cette femme qui, ayant rejeté ses amours coupables, se complait encore à être entourée et courtisée. Hélas, que de tels gens sont en grand péril !

O Philothée, puisque vous voulez vivre la vie dévote, il ne vous faut pas seulement renoncer au péché, mais il faut aussi détacher votre cœur de tous les liens qui vous lient au péché ; car, outre le danger qu'il y aurait de retomber, ces liens maintiendraient votre esprit dans une faiblesse et une lourdeur languissante qui l'empêcherait de bien agir promptement, ardemment et fréquemment, ce qui est pourtant la vraie nature de la dévotion.

Les âmes qui sont sorties de l'état du péché mais qui ont encore ces attaches et langueurs, ressemblent à mon avis à ces filles pâles qui ne sont pas malades, mais dont toutes les actions le sont : elles mangent sans appétit, dorment sans se reposer, rient sans joie, et se traînent plutôt qu'elles ne marchent. De même, ces âmes font le bien avec une telle lassitude d'esprit qu'elles ôtent toute grâce à leurs bonnes actions, qui sont d'ailleurs peu nombreuses et de peu d'effets.

Questions :

- Quelles sont ces péchés pour lesquels j'ai encore du goût, de l'attraction, ceux qui ne sont pas pour moi suffisamment détestables ?
- Quels modèles de vie parfaite puis-je prendre pour m'aider à faire toute la lumière sur ces fautes ?
- Suis-je prêt à chercher à en comprendre les maux avec l'aide l'Eglise ?
- A qui puis-je m'adresser pour être éclairé ?

Prière : Seigneur donne-moi ta lumière pour voir ce qui est vicié en moi, contraire à ta vie, à ta sainteté, à mon bonheur. Donne-moi la grâce de désirer la vraie sainteté et de voir tout ce qui s'y oppose en moi pour le rejeter.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



III,XXIII. Les pénitences corporelles

[...] Je n'ai jamais approuvé la méthode de ceux qui pour réformer l'homme commencent par l'extérieur : le maintien, les vêtements, la coupe de cheveux...

Il me semble au contraire qu'il faut commencer par l'intérieur : *Convertissez-vous à moi de tout votre cœur* (Jl 2, 12), dit Dieu. Le cœur est la source des actions ; elles seront comme il est. [...] Qui a Jésus dans son cœur, ne tardera pas à l'avoir en toutes ses actions extérieures.

C'est pourquoi, chère Philothée, j'ai voulu avant tout graver sur votre cœur ces mots saints et sacrés : VIVE JESUS ! Après cela je suis sûr que votre vie produira des fruits gravés des mêmes mots, parce que votre vie procède de votre cœur. [...] Si Jésus, le doux Sauveur, vit dans votre cœur, il vivra aussi en vos actions, il paraîtra dans vos yeux, il sera sur votre bouche, en vos mains, et même dans votre coiffure. Vous pourrez dire comme saint Paul : *Je vis mais non plus moi, c'est Jésus-Christ qui vit en moi* (Ga

2, 20). [...] Mais ce cœur, par quoi nous voulons commencer, demande qu'on l'instruise puisque c'est lui qui dirigera notre extérieur. On doit y trouver une vraie vie de foi, mais aussi du discernement et du jugement. Pour ce faire, je vous donne brièvement quelques conseils.

Si vous pouvez supporter le jeûne, vous ferez bien d'ajouter quelques jours aux jours jeûnés déjà fixés par l'Eglise. Le jeûne élève l'esprit, réprime la chair, c'est un sacrifice qui vous vaudra une plus grande récompense au ciel. De plus, il présente le grand avantage de vous permettre de contenir la gourmandise et de soumettre les appétits du corps à la loi de l'esprit. [...] Les premiers chrétiens s'exerçaient à l'abstinence surtout les mercredis, vendredis et samedis. Choisissez l'un de ces jours pour jeûner selon que votre générosité et le jugement de votre directeur vous le conseilleront. [...] Nous sommes exposés aux tentations aussi bien lorsque notre corps est trop nourri que quand il est trop abattu. Dans le premier cas, il devient exigeant, dans le second il perd courage. [...]

Le jeûne et le travail, pratiqués ensemble, brisent et abattent le corps. Si le travail que vous faites vous est nécessaire, ou s'il est pour la gloire de Dieu, je préfère que vous souffriez de la peine du travail plutôt que de celle du jeûne. [...] D'une manière générale, il est préférable de garder un peu plus de forces physiques qu'il n'est nécessaire, que d'en ruiner plus qu'il ne faut. [...]

N'est-il pas plus vertueux de manger ce que l'on nous présente, sans choisir, et comme on nous le présente, plutôt que de choisir ce qui serait le moins à notre goût. Cette façon de faire semble plus austère, mais l'autre exige plus d'abandon, car on ne renonce pas seulement à son goût mais aussi à sa volonté. Ce n'est pas une petite mortification que de prendre simplement ce qui se présente et d'y soumettre son goût. [...] C'est dans cette indifférence à l'égard de ce que l'on mange ou de ce que l'on boit que se trouve l'application parfaite de la parole du Seigneur : *Mangez ce qui sera mis devant vous* (Lc 10,8). [...] En règle générale, une sobriété constante et modérée est préférable à des abstinences rigoureuses, alternant avec de grands relâchements. [...] Il faut dormir la nuit, chacun selon ses besoins, et autant qu'il est nécessaire pour être dispos dans la journée. [...] Je pense que c'est une bonne chose que de se coucher tôt, afin de pouvoir tôt se lever. Les heures du matin sont les plus agréables, les plus douces, les plus dégagées. [...]

Dieu vous dit : *Frappez et brisez d'abord vos cœurs* (Jl 2, 13) car c'est contre eux que Dieu en a. [...] Pour nous guérir de nos vices, il est bon, évidemment, de mortifier la chair, mais il est surtout nécessaire de purifier nos attachements et d'affermir nos cœurs. [...]

Questions :

- Qu'est-ce que je fais dans ma vie pour réformer mon cœur ?
- Est-ce que je cherche à faire des sacrifices adaptés à mon état de vie (ni trop, ni trop peu), pour donner plus de place au Seigneur ?
- Est-ce qu'il m'arrive en particulier de jeûner (de nourriture ou encore de divertissement, de téléphone, de médias, etc.) ?
- Est-ce que je soumets humblement mes choix de sacrifices à une personne éclairée ?

Prière : Seigneur, conduis-moi sur le chemin de la tempérance pour que je sache goûter au plaisir de cette vie sans y attacher mon cœur. Montre-moi mes esclavages pour que je sache y renoncer et te rendre la place qui te revient.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

3^e semaine de Carême **03 au 09 mars**

Pratiquer la charité

III,1. Le choix d'une vertu particulière

La charité n'entre pas dans un cœur qu'elle n'y vienne avec le cortège des autres vertus. C'est elle qui les met en action, ainsi qu'un capitaine ses soldats. [...] La charité, lorsqu'elle anime une âme, lui fait produire des actes vertueux, quand il le faut et comme il le faut. [...]

Il y a cependant des vertus qui doivent marquer la pratique de toutes les autres vertus. Nous n'aurons pas toujours et partout à faire preuve de force, de magnanimité, de magnificence ; mais toutes nos actions devront être teintées de douceur, de tempérance, de loyauté et d'humilité, - toutes vertus que nous aurons plus souvent l'occasion de pratiquer que certaines plus sublimes. [...]



Entre toutes les vertus, nous devons préférer celles qui correspondent à notre devoir, plutôt qu'à notre goût. [...] Ainsi chaque état de vie appelle la pratique de vertus particulières. Autres les vertus d'un prélat, autres celles d'un soldat, autres celles d'une épouse, autres celles d'une veuve. Tous certes devront avoir toutes les vertus, néanmoins tous ne les pratiqueront pas de la même manière. A chacun d'exercer celles qui correspondent à l'état de vie auquel il est appelé. En dehors des vertus qui regardent notre vocation, ne cherchons pas à pratiquer les plus apparentes mais les

plus excellentes. [...] Préférez donc, Philothée, les vertus que le monde ne voit pas, celles dont il ne fait pas cas, ce sont les meilleures.

Que chacun s'exerce à une vertu particulière, non pas jusqu'à négliger les autres, mais pour y ordonner son esprit. [...]

Ainsi, parmi les serviteurs de Dieu, les uns soignent les malades et secourent les pauvres, d'autres catéchisent les enfants, ou vont à la recherche des âmes égarées, d'autres encore parent les églises, ornent les autels, d'autres enfin œuvrent à la paix entre les hommes. [...] Ainsi les âmes ferventes qui cultivent une grâce particulière se servent de celle-ci comme d'un fond sur lequel elles brodent spirituellement toutes les autres vertus. [...]

Lorsqu'un vice nous fait la guerre, autant qu'il est possible, pratiquons la vertu contraire, et les autres vertus, orientons-les vers elle. Ainsi nous vaincrons notre ennemi, tout en continuant de progresser dans la pratique des autres vertus. Si ce sont

l'orgueil ou la colère qui me combattent, je devrai constamment faire porter mes efforts sur l'humilité et la douceur. A ces deux vertus j'ordonnerai le reste : prière, sacrements, discernement, persévérance, sobriété. [...] Au milieu des épreuves qui l'accablaient, Job s'exerçait particulièrement la patience. Il devint ainsi parfaitement saint et vertueux en toutes sortes de vertus. [...]

Questions :

- Quelles sont mes plus grandes faiblesses, celles que je dois combattre le plus ?
- Est-ce que je m'exerce concrètement à devenir meilleur ? Par quels moyens ?
- Est-ce que je cherche à mettre de l'amour dans toutes mes actions, dans tous mes choix ?

Prière : Donne-moi, Seigneur, la force de rechercher le bien en toute chose, d'identifier mes penchants mauvais et de les combattre, de vaincre le mal pour devenir conforme à ta volonté.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



III,II. Au sujet des vertus (suite)

Saint Augustin remarque que les commençants commettent certaines fautes qui, bien que blâmables en soi, sont néanmoins louables. Elles augurent bien l'avenir de leur vie spirituelle, et même les y préparent. Par exemple, les convertis qui sortent d'une vie de péchés éprouvent souvent une crainte de Dieu par trop servile qui engendre d'excessifs scrupules. Mais au point où ils en sont, cette crainte est une bonne chose car elle laisse présager une conscience qui sera très attentive à se garder pure. Mais chez ceux qui sont très avancés, cette crainte est blâmable, car l'amour aurait dû peu à peu la chasser et régner seul dans leur cœur. [...]

Chez un convalescent, l'enflure de la jambe est un bon signe, elle montre que sa nature a repris assez de force pour chasser les humeurs superflues ; chez un bien portant, elle montre le contraire : sa nature n'est pas assez forte pour les éliminer.

Ma Philothée, estimons ceux que nous voyons pratiquer les vertus, même imparfaitement, car chez les saints eux-mêmes il en fut souvent ainsi.

Pour nous, pratiquons-les, non seulement avec fidélité, mais avec discernement. Suivons le conseil du sage de la Bible (Pr 3,5) de ne pas nous appuyer sur notre jugement, mais de nous en remettre à ceux que Dieu nous a donnés pour guides. [...]

Exerçons-nous aux vertus de tous les jours, celles que Notre-Seigneur nous propose d'acquérir : la patience, la bonté, la mortification de la volonté propre, l'humilité, l'obéissance, la pauvreté, la chasteté, l'affection du prochain, l'acceptation de ses défauts, la diligence et la ferveur à servir Dieu. [...]

Oui, Philothée, car ce Roi de gloire ne récompense pas ses serviteurs selon la dignité extérieure des offices qu'ils exercent, mais selon l'amour et l'humilité avec lesquels ils les exercent. [...]

Bénédissons Dieu de la suréminence des autres. Pour nous, restons sur le chemin où Dieu nous a mis. Il est moins élevé, mais plus sûr ; moins sublime, mais plus approprié. Si nous y marchons humblement et fidèlement, Dieu nous élèvera à des grandeurs bien plus élevées.

Questions :

- Est-ce que je remarque la vertu des autres et non pas seulement leurs défauts ?
- Est-ce que cela engendre en moi de la jalousie ou de l'émerveillement ?
- Est-ce que j'aime ma vie comme elle est, et est-ce que je suis conscient du chemin que j'ai encore à parcourir ?

Prière : Seigneur, je te bénis pour la vie que tu m'as donnée. Je reconnais tous les dons que j'ai reçus de toi en propre et je veux travailler à en déployer toutes les potentialités pour ta gloire et le service des autres.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



II, XVIII. Accueillir les inspirations

Nous appelons inspirations, tous les attrait, les mouvements, les sentiments de contrition, les lumières, les connaissances, que Dieu fait naître en nous, prévenant ainsi notre cœur de ses bénédictions – autant d'initiatives de son amour paternel pour nous réveiller, nous stimuler ; pour nous pousser et attirer à la vertu, à l'amour divin, aux bonnes résolutions, bref à tout ce qui conduit au bonheur éternel. [...]

Lorsque Dieu veut faire en nous, par nous et avec nous, une grande action charitable, d'abord il nous la propose par une inspiration, ensuite nous l'agréons, enfin, nous y consentons. Pour en venir au péché, il y a trois étapes : d'abord la tentation, puis la délectation, enfin le consentement. Il y en a trois aussi pour accéder à la vertu : l'inspiration qui est le contraire de la tentation, la délectation dans l'inspiration qui est le contraire de la délectation dans la tentation, et le consentement à l'inspiration qui est le contraire du consentement à la tentation.

Quand bien même l'inspiration se maintiendrait toute notre vie, elle ne serait nullement agréable à Dieu, si nous n'y trouvions notre joie. Il en serait au contraire offensé, comme il le fut à propos des Israélites : pendant quarante ans il les appela à la conversion, ils ne voulurent jamais y consentir. A la suite de quoi « *il jura dans sa colère que personne n'entrerait dans son repos* » (Ps 94,10-11). Comment un gentilhomme qui aurait longuement courtoisé une jeune fille ne serait-il pas fort déçu si celle-ci finissait par refuser le mariage ?

Nous glorifions déjà Dieu par la joie que nous trouvons dans ses inspirations. [...] Mais à la fin, c'est bien le consentement qui mène à son terme l'acte vertueux. Car si, ayant été inspirés, ayant mis notre joie dans cette inspiration, nous refusons ensuite de consentir à Dieu, nous ferions preuve d'une grave ingratitude. [...]

Prenez la résolution, Philotée, d'accepter de bon cœur toutes les inspirations qu'il plaira à Dieu de vous envoyer ; quand elles arriveront, recevez-les comme les émissaires du Roi céleste qui veut contracter mariage avec vous. Ecoutez sereinement leurs propositions ; pesez l'amour qu'elles suscitent en vous, cultivez-le, et consentez. [...]

Toutefois, avant de consentir aux inspirations concernant des choses importantes, ou sortant des voies communes, demandez conseil à votre guide spirituel. Qu'il discerne si l'inspiration vient bien de Dieu. [...]

Le consentement étant donné, il faut le mettre en œuvre, en exécutant soigneusement

l'inspiration. Là gît la perfection de la vertu. [...] Pour tout cela, vous serez très aidée par votre méditation du matin, par l'habitude de vous retirer en vous-même au cours de la journée comme je vous en ai déjà parlé. [...]

Questions :

- Est-ce que je suis à l'écoute des inspirations du Seigneur dans ma vie (en particulier dans la prière) ?
- Est-ce que j'y suis docile ?
- Est-ce que je demande conseil à une personne de l'Eglise lors de questions complexes de ma vie ou pour des choix importants à faire ?

Prière : Seigneur, donne-moi de reconnaître ce que tu attends de moi en toute situation. Rends-moi docile à ta volonté pour vivre une vie conforme à la tienne.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



III, VIII. La douceur envers le prochain

Les deux vertus préférées de Notre-Seigneur, celles qui brillent chez lui d'un éclat sans pareil sont la douceur et l'humilité. Il nous les a très spécialement recommandées car c'est d'abord par elles que notre cœur se consacre à son service, et se voue à son imitation : *Apprenez de moi, dit-il, que je suis doux et humble de cœur* (Mt 11,29). L'humilité porte à sa perfection notre relation à Dieu ; et la douceur, à notre prochain. [...] Ces deux vertus l'emportent sur tout, excellent sur tout, elles sont la fleur de la charité qui atteint sa perfection, dit saint Bernard, non seulement quand elle est patiente, mais quand elle est douce et bienveillante. [...] Car c'est une des grandes ruses de l'ennemi de faire s'illusionner sur eux-mêmes beaucoup de ceux qui ont les paroles et les apparences de ces deux vertus, qui pensent vraiment les avoir et qui ne les ont pas du tout. On le reconnaît à ceci : en dépit d'une douceur et d'une humilité toutes formelles, à la moindre parole qu'on leur dit de travers, à la moindre petite remarque, ils se dressent avec une superbe sans pareille. [...] Lorsque l'humilité et la douceur sont authentiques, elles nous préservent de l'enflure et du bouillonnement que les injures provoquent ordinairement dans notre cœur. [...]

Cette vie de misère n'est qu'un chemin vers la vie bienheureuse. Alors, pas d'affrontement, pas de colère les uns contre les autres, marchons ensemble, fraternellement, dans la paix, et la bonne entente. Je vous le dis nettement, et cela ne souffre aucune exception : ne vous laissez jamais aller à la colère, et ne laissez jamais entrer aucun prétexte pour la justifier. Car saint Jacques est formel : *La colère de l'homme n'opère point la justice de Dieu* (Jc 1,20).

Bien sûr qu'il faut résister au mal, contenir les vices de ceux dont nous avons la charge, avec courage et sans se lasser. Mais il faut le faire avec douceur, et dans un esprit de paix. [...] La réprimande qui procède de la colère, même accompagnée de raisons, n'aura jamais les effets de celle qui ne procède que de la raison. Parce que l'âme reconnaît spontanément l'autorité de la raison, mais ne se soumet à la colère que comme on se soumet à un tyran. [...] Si c'est la raison qui règne, sanctionne et réprimande, chacun approuve, malgré la rigueur ; mais quand la fureur et la colère s'y mêlent, alors elle fait peur, certes, mais on ne l'aime pas ; et elle-même, la raison, en

ressort blessée. [...] Car si petite qu'elle soit, une fois entrée, il sera bien difficile de la chasser, car elle se nourrit de mille fausses raisons : jamais homme en colère n'a pensé que sa colère fût injuste.

Il est donc préférable d'essayer de vivre sans colère du tout, plutôt que d'imaginer que l'on pourra la maîtriser à volonté. Et si, parce que nous sommes faibles et imparfaits, elle parvenait à nous surprendre, il vaudrait mieux la repousser immédiatement, que de négocier avec elle. [...] Il faut, ma Philothée, qu'au premier mouvement que vous sentez poindre en vous, vous rassembliez rapidement vos forces, sans brusquerie, mais avec calme et détermination. [...]

S'il t'arrive ce que dit le psalmiste : « Mon œil est troublé de grande colère », crie vers Dieu : « Aie pitié de moi, Seigneur » (Ps 30, 10), afin qu'il étende la main pour calmer ta colère. Je veux dire que, lorsque nous sentons la colère qui monte, il faut invoquer le secours de Dieu, comme les Apôtres dans la tempête. Alors le Seigneur donnera l'ordre à nos passions de s'apaiser, et un grand calme se fera. Mais, sachez-le bien, la prière qui monte de notre cœur lorsque la colère est là et nous presse, doit elle-même s'élever paisiblement. [...] Comme le meilleur remède contre un mensonge involontaire dont on vient de prendre conscience, est de rétablir immédiatement la vérité, - de la même manière, c'est un bon remède contre la colère que de réparer tout de suite, par un acte de douceur, le mal que l'on a pu causer. [...]

Au surplus, lorsque vous êtes en paix, sans aucun motif de colère, faites donc des provisions de douceur, de bonté, de bienveillance. Que vos paroles, et vos actions en soient imprégnées. [...] Il ne suffit donc pas de mettre de la douceur dans nos paroles, encore faut-il en avoir au-dedans de nous.

Questions :

- Au-delà de mon tempérament (plus naturellement doux ou bouillonnant), suis-je susceptible ? Est-ce que je me mets parfois (souvent ?) en colère ?
- Est-ce que je garde rancune ou bien est-ce que je travaille à me réconcilier, à pardonner, à apaiser les tensions ?
- Est-ce que je suis capable de reprendre mon prochain avec paix et charité ?

Prière : Seigneur, crée en moi un cœur pur, capable de douceur en toute circonstance envers mon prochain, lent à la colère et plein d'amour. Fais de moi un artisan de paix.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

4^{ème} semaine de Carême

10 au 16 mars

Combats spirituels

III,XXVIII. Des jugements téméraires

Ne jugez point et vous ne serez point jugés, dit le Sauveur de nos âmes ; ne condamnez point et vous ne serez point condamnés (Lc 6, 37). [...] Oh ! comme les jugements téméraires déplaisent à Dieu ! Ces jugements sont téméraires parce que les hommes n'ont pas été institués juges les uns des autres. En jugeant, ils usurpent la fonction de

Notre-Seigneur. Ils sont téméraires parce que la malice du péché tient d'abord à l'intention qui l'a fait commettre et que cela nous demeure caché. Ils sont téméraires parce que chacun a suffisamment à faire à se juger lui-même, sans entreprendre de juger son prochain. Si l'on veut n'être point jugé, il est nécessaire de se juger soi-même et de ne pas juger les autres. Car si Notre-Seigneur nous défend de juger, l'Apôtre nous ordonne de nous juger nous-mêmes lorsqu'il dit : *Si nous nous jugions nous-mêmes, nous ne serions point jugés* (Co 11,31). Mon Dieu ! Nous faisons exactement le contraire : ce qui nous est défendu nous ne cessons de le faire puisque, à tout propos, nous jugeons notre prochain ; et ce qui nous est commandé, nous juger nous-mêmes, nous ne le faisons pas !

L'habitude de porter des jugements téméraires à plusieurs causes. Il faut les connaître pour y remédier. Il y a des cœurs qui sont naturellement amers, revêches, ils prennent tout en aigreur. [...] Ils ne jugent qu'avec dureté. Ceux-là ont grand besoin d'un bon médecin spirituel, car cette aigreur du cœur leur étant naturelle, elle est bien malaisée à vaincre. [...]

D'autres jugent témérairement non par aigreur naturelle, mais par orgueil. Ils s'imaginent qu'en abaissant les autres, ils s'élèvent d'autant. [...]

D'autres n'ont pas cet orgueil si manifeste, mais ils nourrissent une certaine petite complaisance à considérer les défauts d'autrui, pour mieux mettre en valeur le bien contraire, dont naturellement ils s'estiment eux-mêmes doués. Cette complaisance est si subtile que si l'on n'a pas bonne vue on ne peut la découvrir. [...]

A d'autres encore il plaît assez, pour s'excuser eux-mêmes et adoucir les remords de leur conscience, de juger que les autres sont vicieux, mais du vice dont eux-mêmes sont atteints, ou d'un autre aussi grand, estimant que la multitude des pécheurs rend leur péché moins blâmable.

Beaucoup se livrent à des jugements téméraires pour le seul plaisir de philosopher. Ils cherchent à deviner les mœurs et les caractères des personnes qu'ils rencontrent, comme un exercice de l'esprit. Comme il leur arrive parfois de tomber juste, ils multiplient leurs jugements, et sont pris à ce point à leur propre jeu que l'on a peine à les en détourner.

D'autres ne jugent que par passion. Ce qu'ils aiment est toujours bien ; ce qu'ils haïssent est toujours mal.

Un cas remarquable fait exception : celui du jaloux. L'amour maladif et inquiet du jaloux a pour monstrueux effet, sur un simple sourire ou un regard, de lui faire condamner, comme adultère, la personne qu'il aime. Ajoutons que la peur, l'ambition, ou d'autres faiblesses d'esprit, poussent beaucoup à soupçonner et à juger de façon téméraire.

[...] Ceux qui boivent de l'extrait d'*ophiusa*, herbe d'Ethiopie, croient voir partout des serpents et des choses effroyables. [...] Ceux qui ont, pour ainsi dire, avalé l'orgueil, l'envie, l'ambition, la haine, ne voient rien qu'ils ne le trouvent mauvais et condamnable. [...]

Buvez le plus que vous pourrez le vin de la charité. Elle vous libèrera de cette amertume qui vous fait porter ces jugements. La charité n'aime pas rencontrer le mal, comment partirait-elle à sa recherche ? Quand elle le rencontre, elle détourne son regard et fait comme si elle ne le voyait pas. Plus : elle ferme les yeux avant même de

le voir, au premier bruit qu'elle en entend. Dans sa simplicité, elle ne croit pas que c'était le mal mais seulement son apparence. Si elle est obligée de reconnaître que c'est bien le mal, elle s'en écarte aussitôt et tâche de l'oublier. La charité est le remède de tous les maux, mais spécialement de celui-là.



[...] Si une action présente cent visages, regardez-la en son plus beau. [...] L'homme juste, quand il ne peut plus excuser ni l'acte ni l'intention de celui que par ailleurs il sait être un homme de bien, non seulement ne peut pas juger, mais il écarte la question de son esprit et s'en remet au jugement de Dieu. [...] Quand nous ne pouvons absolument pas excuser le péché, faisons ressortir l'aspect où il se montre le plus digne de compassion, et attribuons-le à la cause la plus acceptable, comme l'ignorance ou la faiblesse.

Mais vraiment, ne peut-on jamais juger le prochain ? Non, Philothée, jamais.

[...] Disons enfin que ceux qui veillent à la pureté de leur conscience ne sont guère portés à juger témérairement. [...] Ainsi les âmes bonnes ne perdent pas leur temps à vouloir percer le brouillard et les brumes des actions du prochain, mais se retirent en elles-mêmes et travaillent à leur propre amendement. C'est le fait d'une âme oisive que de perdre son temps à examiner la vie des autres.

J'excepte ceux qui ont la responsabilité familiales ou dans la vie publique. C'est pour eux un devoir que de veiller sur la conscience des autres. Qu'ils le remplissent avec amour ; mais qu'après cela ils s'examinent eux-mêmes.

Questions :

- Est-ce que je lutte contre la tentation de juger les autres ?
- Est-ce que la conscience de mon propre péché m'aide à regarder les autres avec indulgence ?
- Est-ce que je cherche à aimer a priori pour me préserver de juger ?

Prière : Seigneur, je te prie de me permettre de ne jamais oublier ma propre pauvreté, afin que je considère les autres avec miséricorde, conscient de nos ressemblances dans la faiblesse. Apprends-moi à les aimer comme moi-même, en vérité, en te laissant la fonction de juger les cœurs.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



III,XXIX. De la médisance

Le jugement téméraire jette le trouble, nourrit l'orgueil, amène à mépriser le prochain et à se complaire en soi-même. Il conduit à cent autres effets très dommageables, entre lesquels la médisance tient le premier rang comme la vraie peste des conversations. [...] Qui guérirait le monde de la médisance, ôterait une grande partie de ses péchés et de ses injustices.

Celui qui blesse la réputation de son prochain, outre qu'il commet un péché, doit faire réparation. Il le fera selon la nature de la médisance. Car nul ne peut entrer au ciel avec

le bien d'autrui ; et entre tous les biens extérieurs que possède quelqu'un, la bonne réputation est le plus précieux. La médisance est une espèce de meurtre. En effet, nous avons trois vies : la vie spirituelle qui consiste en la grâce de Dieu, la vie corporelle qui procède de l'âme puisque celle-ci anime le corps, et la vie sociale, qui consiste en notre réputation. Le péché nous ôte la première ; la mort, la deuxième ; et la médisance, la troisième. Mais le médisant, d'un seul coup de langue, commet ordinairement trois meurtres : il tue son âme et celle de qui l'écoute d'un homicide spirituel ; et il tue la vie sociale de celui dont il médite. [...]

Je vous conjure donc, très chère Philothée, de ne jamais médire, de personne, ni directement ni indirectement. Gardez-vous d'imputer faussement des péchés à quiconque, de révéler ceux qui sont secrets, et d'exagérer ceux qui sont évidents. Ne prêtez pas de mauvaises intentions à qui fait une bonne œuvre ; ne niez pas le bien que vous savez être en quelqu'un ; n'ayez pas la malice de le dissimuler ou de le minimiser par vos paroles. [...]

Ceux qui pour médire commencent par une bonne préface, petites plaisanteries, petites gentillesses, sont parmi les médisants les plus venimeux. « Je l'aime, disent-ils ; au demeurant, c'est un galant homme, mais je dois dire la vérité, il a eu tort de commettre cette perfidie. » [...] La médisance dite par manière de plaisanterie est encore plus cruelle. [...] En elle-même, il semblerait qu'elle puisse entrer dans une oreille et sortir par l'autre, comme l'on dit, mais en vérité quand elle est servie avec quelque bon mot, elle frappe mieux l'esprit des auditeurs et y demeure. [...]

Ne dites pas : un tel est un ivrogne, parce qu'une fois vous l'avez vu ivre. Ni : il est adultère, parce qu'une fois vous l'avez surpris en ce péché. Ni : il est incestueux, pour l'avoir trouvé une fois en ce malheur. Car un seul acte ne donne pas le nom à la personne. [...] Pour prendre le nom d'un vice, il faut en avoir l'habitude et y être assujéti. C'est donc manquer à la vérité que de dire qu'un homme est colérique ou voleur pour l'avoir vu une fois en colère, ou l'avoir surpris une fois en train de dérober. Mais si un homme entretient un vice depuis longtemps, on prend le risque de mentir en le qualifiant de vicieux. [...] La bonté de Dieu est si grande qu'un seul instant suffit pour recevoir sa grâce ; alors, comment pouvons-nous être assurés qu'un homme hier pécheur le soit encore aujourd'hui ? [...] Nous ne pouvons jamais dire qu'un homme est méchant, sans risque de mentir. [...]

S'il faut faire très attention à ne pas médire du prochain, encore faut-il ne pas exagérer dans le sens contraire. Quelques-uns, pour éviter la médisance, en viennent à louer et à dire du bien du vice. [...] Ne pensez pas fuir la médisance en flattant, favorisant ou nourrissant les autres vices. Il faut appeler rondement et franchement mal ce qui est mal et blâmer ce qui est blâmable. [...]

Nous ne pouvons blâmer les vices d'autrui que si cela est utile, soit à celui à qui l'on parle, soit à celui de qui l'on parle. [...]

Encore faut-il qu'il m'appartienne de parler sur ce sujet. [...] Il faut surtout que je sois très mesuré en mes paroles, pour ne pas dire un mot de trop. [...] Quand je parle du prochain, ma langue et comme un bistouri de chirurgien qui veut trancher entre les nerfs et les tendons : le coup que je donnerai doit être si juste que je ne dise ni plus ni moins que ce qui est. Enfin, en blâmant le vice, il faut faire très attention à épargner le plus que l'on peut la personne chez qui il se trouve.

Il est vrai que l'on peut parler librement des pécheurs publics, connus de tous comme scandaleux. Mais que ce soit dans un esprit de charité et de compassion, et non en les regardant de haut, ou en se complaisant dans le mal commis par autrui, ce dernier motif manifestant un cœur bas et méprisable. [...]

Quand vous entendez dire du mal, mettez en doute l'accusation, si cela est possible. Si vous ne le pouvez pas, excusez l'intention. Si vous ne le pouvez toujours pas, montrez de la compassion, écartez le propos, en vous rappelant, et en le rappelant à la compagnie, que ceux qui ne tombent pas le doivent entièrement à la grâce de Dieu. Reprenez le médisant avec douceur, et si vous en connaissez, dites quelques bonnes choses sur la personne offensée.

Questions :

- Est-ce que j'ai tendance à parler des autres dans leur dos, à médire ?
- Est-ce que j'ai conscience du mal que cela représente ?
- Est-ce que je cultive un regard de vérité et d'espérance sur mon prochain ?

Prière : Seigneur, donne-moi de considérer ceux qui m'entourent avec compassion et miséricorde, en cherchant toujours à discerner en eux ce qui est bon et en me gardant de toute médisance.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



III,III. La patience

C'est le grand bonheur de l'homme, Philothée, que d'être maître de son âme. Plus parfaite est la patience, plus parfaitement nous possédons notre âme. Rappelez-vous souvent que Notre-Seigneur nous a sauvés en souffrant et en endurent. De même, nous ferons notre salut par les souffrances et les épreuves, - supportant les offenses, les oppositions, les contradictions, avec le plus de douceur qu'il nous sera possible.

Ne réservez pas votre patience à tel genre de tort ou tel genre d'épreuve. Exercez-la en toutes les contrariétés que Dieu vous enverra ou qu'il permettra. [...]

De même que les piqûres d'abeille sont plus cuisantes que celles des mouches, le mal et les oppositions que nous font les gens de bien sont plus difficiles à supporter. [...]

Soyez patiente non seulement dans les grandes épreuves, mais aussi dans les conséquences qui en découlent. [...]

S'il vous arrive d'être malade, prenez des remèdes, dès lors qu'ils sont en accord avec la loi de Dieu. Ne pas en prendre serait tenter Dieu. Après quoi, attendez avec abandon ce que Dieu permettra. S'il lui plaît que le mal prévale, bénissez Dieu avec patience.

Je souscris au conseil de saint Grégoire : quand vous serez accusée à juste titre de quelque faute, humiliez-vous et reconnaissez le bien-fondé de l'accusation. Si l'accusation est fautive, justifiez-vous doucement, dites que vous n'êtes pas coupable, en hommage à la vérité et pour l'édification du prochain. Mais si, après cela, on continue de vous accuser, ne vous troublez pas, n'essayez pas de convaincre. Vous avez rendu hommage à la vérité, rendez maintenant hommage à l'humilité. De cette manière vous ne pécherez ni contre le devoir de défendre sa réputation, ni contre celui de garder l'humilité et la paix du cœur.

Plaiguez-vous le moins possible des torts que vous subissez. Généralement, celui qui

se plaint pêche, parce que l'amour-propre nous fait toujours ressentir les injustices plus grandes qu'elles ne le sont. [...]

Celui qui est vraiment patient ne se plaint pas de son mal et ne désire pas qu'on le plaigne. Il parle simplement, sans se lamenter ni gémir, sans exagérer son mal. Si on le plaint, il laisse faire, sauf si on le plaint d'un mal qu'il n'a pas. Alors, il rectifie modestement. Il demeure ainsi dans la paix, entre la vérité et la patience ; il dit son mal, mais ne s'en plaint pas. [...]

Quand vous serez malade, offrez au Seigneur vos douleurs, votre affliction, votre faiblesse. [...]

Ne désirez guérir que pour le servir. Ne refusez pas de souffrir, pour lui obéir. S'il lui plaît, disposez-vous à mourir, afin de pouvoir le louer et jouir de lui à jamais. [...]

Portez souvent votre regard intérieur sur Jésus-Christ, tandis qu'il est crucifié, nu sur la croix, blasphémé, calomnié, abandonné, accablé de toutes sortes de tourments. Voyez si vos souffrances, tant par le nombre que par l'intensité, sont comparables aux siennes. Ce que vous souffrirez pour lui n'est rien à côté de ce qu'il a souffert pour vous. [...]

Alors dites-vous en vous-même : mes peines sont des consolations, et mes épines sont des roses.

Questions :

- Est-ce qu'il m'arrive de me plaindre ?
- Comment est-ce que j'affronte les épreuves de ma vie ?
- Est-ce que j'ai l'idée de les vivre en union avec le Christ souffrant pour m'efforcer à la patience ?

Prière : Seigneur, rends-moi maître de moi-même. Aide-moi à affronter les drames de ma vie, en les remettant à leur juste place, en communion avec toi qui a souffert sur la croix et tourné vers l'éternité de ton Royaume.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

5^e semaine de Carême

17 au 23 mars

La confession

I, VIII. Le moyen de faire cette purification des affections du péché (extraits) :

Le premier motif pour parvenir à cette purification, c'est la prise de conscience vive et forte du mal que le péché nous inflige. Par elle, nous entrons dans une profonde contrition. La contrition, - pourvu qu'elle soit vraie, même si elle est petite, et surtout si elle est jointe à la vertu des Sacrements -, nous purifie déjà du péché. Mais quand elle est profonde, elle nous purifie aussi de toutes les attaches qui dépendent du péché. Une inimitié ou une légère rancune contre quelqu'un nous font rencontrer celui-là à contrecœur et nous conduisent à fuir sa compagnie. Mais s'il s'agit d'une haine mortelle et violente, non seulement nous le fuyons et détestons, mais nous [...] ne pouvons pas non plus supporter la conversation de ses alliés, de ses parents, de ses

amis, la vue même de son portait ou simplement d'une chose qui lui appartienne. Ainsi, quand le pénitent n'éprouve qu'une légère, quoique vraie contrition, il se résout vraiment à ne plus pécher. Mais s'il hait son péché avec une contrition puissante, énergique, non seulement il rompt avec le péché, mais aussi avec tous les attachements



et dépendances qui conduisent au péché. Il faut donc, Philothée, faire grandir autant qu'il nous sera possible notre contrition et notre repentir, afin qu'ils s'étendent à tout ce qui entretient quelque rapport avec le péché.

Ainsi Madeleine, dans sa conversion, perdit tellement le goût des péchés et des plaisirs qu'elle y avait pris, que jamais plus elle n'y pensa ; et David parlait non seulement de *hair le péché*, mais aussi toutes les voies qui y conduisent (Ps 118,104) : c'est à cela que consiste le rajeunissement de l'âme, que ce même Prophète (Ps 102,5) compare à la mue de l'aigle.

Questions :

- Est-ce que je suis prêt à m'attaquer à la racine de mon péché et non seulement à ses effets ?
- Est-ce que j'ai conscience que cela ne peut pas se faire sans un sérieux approfondissement de ma vie avec le Seigneur ?
- Est-ce que je suis prêt à m'en donner les moyens ?

Prière : Seigneur, je veux approfondir ma relation avec toi, méditer sur la gratuité de la vie que tu me donnes, sur ma vocation éternelle en ton sein et sur le drame du péché et de la mort. Je veux me plonger en toi durablement, pour vivre déjà dans l'éternité et pour que tu déracines de mon cœur toutes mes attaches pour le péché.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.



II, XIX. La confession sacramentelle

Notre Seigneur a laissé à son Eglise le sacrement de pénitence afin que, par lui, nous nous lavions de tous nos péchés, autant de fois que nous en aurons besoin. Ne permettez donc jamais, Philothée, que votre cœur demeure longtemps malade du péché, puisque vous disposez d'un remède si facile et si accessible. [...] L'âme qui a consenti au péché doit se tenir en horreur, et désirer se laver au plus tôt, par respect pour le regard que la divine Majesté pose sur elle. Pourquoi se laisser mourir de mort spirituelle, alors que nous disposons d'un remède infallible ? [...] Par la confession, vous ne recevez pas seulement l'absolution des péchés véniels, mais aussi une grande force pour les éviter, une grande lumière pour les discerner, et une grâce abondante pour réparer les torts qu'ils vous ont causés. Ainsi vous exercerez l'humilité, l'obéissance, la transparence et la charité. En vous confessant vous pratiquerez plus de vertu qu'en nulle autre action que vous pourriez faire.

Soyez toujours triste des péchés que vous confessez, si petits soient-ils. Entretenez la résolution de vous en corriger. Beaucoup se confessent de leurs péchés véniels par habitude, pour se mettre en règle, sans du tout envisager de s'en corriger. Ils les garderont toute leur vie et se privent ainsi de grands biens spirituels. Si vous vous

confessez d'avoir menti, même si cela n'a fait de tort à personne, ou d'avoir dit quelques paroles de trop, ou d'avoir trop joué, repentez-vous d'abord certes, mais prenez aussi la ferme résolution de ne plus recommencer. N'est-ce pas abuser de la miséricorde que de s'accuser de ses péchés, qu'ils soient véniels ou mortels, sans vouloir s'en libérer, puisque la confession a été instituée pour cela ?

Ne vous accusez pas de manière trop générale comme beaucoup le font par routine. [...] En disant cela, vous ne dites rien qui permette à votre confesseur de connaître l'état de votre âme.

Cherchez plutôt la raison personnelle que vous avez de faire ces accusations ; et lorsque vous l'aurez trouvée, accusez-vous simplement du manquement que vous avez commis. Par exemple, vous vous accusez de n'avoir pas aimé votre prochain comme vous le devez. C'est peut-être que vous avez vu un pauvre que vous auriez pu secourir, et vous ne l'avez pas fait. Eh bien ! Accusez-vous avec précision : j'ai vu un pauvre nécessiteux, je ne l'ai pas secouru comme je l'aurais pu, par négligence, ou par dureté de cœur, ou par mépris, selon la raison de cette faute. Accusez-vous-en simplement, et laissez tomber ces généralités qui ne font ni chaud ni froid.

Ne vous contentez pas d'accuser vos péchés véniels dans leur matérialité, allez jusqu'au motif qui vous a poussée. Par exemple, ne vous contentez pas de dire que vous avez menti sans nuire à personne, mais dites si c'était pour vous faire valoir, pour le plaisir, par entêtement, ou pour dissimuler vos torts. Il faut donc dire non seulement le fait, mais encore le motif et la durée de nos péchés. Ceux qui veulent vraiment purifier leur âme pour avancer en sainteté doivent faire connaître au médecin spirituel le mal dont ils veulent être guéris, si petit qu'il soit. En s'accusant ainsi sans détour, on ne découvre pas seulement les péchés qu'on a faits, mais on descend jusqu'aux mauvaises tendances, aux habitudes, et autres racines du péché.

Questions :

- Avec quelle régularité est-ce que je me confesse ?
- Est-ce que je le fais surtout par devoir ou bien avec une réelle contrition ?
- Est-ce que je suis prêt à scruter mon cœur à la lumière du Christ pour y découvrir les racines de mes péchés ?

Prière : Seigneur, donne-moi la grâce de voir mes péchés, de les rejeter et de t'en demander humblement pardon. Donne-moi d'aimer ce sacrement de l'Eglise que tu me donnes pour me laver de mes fautes, pour que je puisse y avoir souvent recours.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

6^e semaine de Carême

24 au 30 mars

Union au Christ

II, XX. La communion eucharistique

Le Sauveur a institué le sacrement de l'Eucharistie, qui contient réellement son corps et son sang, *afin que celui qui le mange vive éternellement* (Jn 6,50-58). C'est

pourquoi, celui qui le reçoit avec foi et fréquemment affermit tellement la santé et la vie de son âme qu'il est presque impossible qu'aucune maladie spirituelle ne vienne à l'empoisonner. On ne peut à la fois être nourri de cette chair qui est vie, et contracter une maladie spirituelle qui conduirait l'âme à la mort. De même qu'au paradis terrestre, grâce à l'arbre de vie que Dieu y avait planté, les hommes ne pouvaient mourir de la mort du corps, de même, grâce à ce sacrement de vie, ils ne peuvent pas mourir spirituellement. Si des fruits comme les cerises, les abricots, les fraises, qui s'abîment très vite, se conservent aisément une année lorsqu'ils sont mis en confiture, n'est-il pas merveilleux que nos cœurs faibles et changeants soient préservés de la corruption du péché par le sang et la chair incorruptibles du Fils de Dieu ? [...] Saint Augustin exhorte à communier tous les dimanches ; faites-le donc, Philotée, autant qu'il vous est possible. Puisque, comme j'ai tout lieu de le croire, vous n'entretenez pas le moindre attachement au péché mortel, ni de complaisance volontaire à l'égard du péché véniel, vous vous trouvez donc dans les dispositions que demande saint Augustin. Plus encore, non seulement vous n'avez pas le désir de pécher, mais n'en ressentez pas même l'attrait. Si bien que si votre père spirituel l'approuve, vous pourrez communier plus souvent que le dimanche. [...] Pour communier tous les huit jours, il est requis de n'avoir aucun péché mortel sur la conscience, de n'avoir aucun attachement au péché véniel, et d'être mû par un grand désir de communier.

Questions :

- Que représente pour moi la communion eucharistique ?
- Est-ce que je la vis toujours avec humilité et émerveillement ?
- Est-ce que je me garde bien de la vivre avec légèreté, avec un cœur non préparé et non réconcilié avec Dieu ?

Prière : Je te rends grâce pour le don inouï de l'eucharistie. Fais grandir en moi la foi en ta présence réelle dans ce sacrement pour que j'y communie avec profit aussi souvent que cela est possible.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

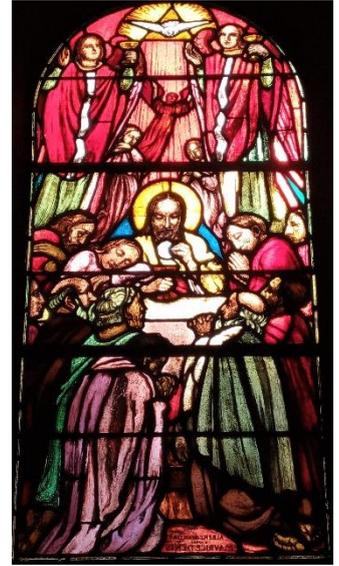


II, XXI. Comment il faut communier

La veille de votre Communion, le soir, préparez-vous par quelques prières ferventes qui montrent à Dieu votre amour et votre désir de le recevoir. Vous vous coucherez un peu plus tôt, pour vous lever plus matin. Si vous vous réveillez au cours de la nuit, priez encore, du cœur et des lèvres ; que votre prière soit comme un parfum qui embaumera votre âme, pour mieux recevoir l'Époux. Lui, il veille pendant que vous dormez : il se prépare à vous communiquer mille grâces et faveurs, si du moins, de votre côté, vous êtes disposée à les recevoir. Le matin, levez-vous, réjouissez-vous à la pensée de le recevoir. [...] Puis, très humblement, avec une grande confiance, allez recevoir cette nourriture céleste qui vous nourrit d'immortalité. [...] L'ayant reçu, enflammez votre cœur à adorer son Roi sauveur. Il est venu en vous, pour votre bonheur. Là, contemplez-le et traitez avec lui des affaires de votre âme. Faites-lui tout l'accueil que vous pouvez, et soyez telle qu'on voie bien que Dieu est en vous. [...] La grande intention de votre Communion doit être d'avancer et de vous conforter dans

l'amour de Dieu : c'est pour l'amour que vous devez recevoir ce que seul l'amour peut vous donner. De tout ce que le Seigneur fait pour nous, il n'est rien qu'il ne fasse avec plus d'amour, ni plus de tendresse. Il se fait nourriture, pour ainsi dire, il s'anéantit, pour pénétrer nos âmes et s'unir intimement au cœur et au corps de ses fidèles.

Si les gens du monde vous demandent pourquoi vous communiquez si souvent, dites-leur que c'est pour apprendre à aimer Dieu, pour vous libérer de vos imperfections, vous délivrer de vos misères, pour y trouver consolation dans vos épreuves, et force dans vos faiblesses. Dites-leur qu'il y a deux sortes de gens qui doivent communier : les parfaits, - car considérant les bonnes dispositions où ils sont, ils auraient bien tort de se priver de la source de toute perfection ; et les imparfaits, afin de pouvoir justement prétendre à la perfection des forts ; les forts, pour qu'ils ne faiblissent pas, et les faibles pour qu'ils deviennent forts ; les malades, pour qu'ils guérissent ; les bien-portants, pour qu'ils le demeurent ; et que vous, en tant que faible, imparfaite, et malade, vous avez besoin de communier à celui qui est votre perfection, votre force et votre médecin. Dites-leur que ceux qui n'ont pas trop d'affaires à traiter doivent souvent communier puisqu'ils en ont le loisir ; et ceux qui en ont beaucoup doivent le faire parce que cela leur est plus nécessaire, comme celui qui peine beaucoup au travail doit se nourrir régulièrement et substantiellement. Dites-leur que vous recevez le Saint Sacrement, pour apprendre justement à bien le recevoir car pour bien faire une chose, il faut s'y exercer souvent. [...]



Questions :

- Quelle faim ai-je de l'eucharistie ?
- Est-ce que la communion eucharistique porte du fruit d'amour en moi ?
- Est-ce qu'il m'arrive d'aller à l'église pour adorer le Christ présent dans son eucharistie ?

Prière : Seigneur préserve moi de communier sans ferveur à ton saint Sacrement. Ne permets pas que je le vive par habitude et prépare-moi à te recevoir bientôt à nouveau. Eclaire-moi sur ce que tu attends de moi pour bien vivre ce moment.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

