



# L'éducation de la volonté

Stéphane Darbé



# Table des matières

INTRODUCTION	4
SON OPTIMISME	6
SON MORALISME	24
L'AMOUR, TERME ET MOYEN DE LA PERFECTION	42
LA CULTURE DE TOUT L'HOMME	77
L'ORAISON MENTALE	88
LES MOYENS DE CULTURE AUXILIAIRES	125

## Par Saint François de Sales



# PARTIE 1

## INTRODUCTION

**Par Francis Vincent**

Voici ce que nous enseigne Saint François de Sales : l'art d'éduquer la volonté et de former le caractère. Tout ici bat, sans parler de l'au-delà, dépend de la puissance du vouloir.

Le rôle du directeur spirituel est de développer une volonté ou de la conduire de l'enfance à la virilité, de l'éduquer jusqu'à ce qu'elle adhère au bien, à Dieu.

Voici la jeune femme est enceinte, elle va enfanter un fils, et elle lui donnera le nom d'Emmanuel. Il mangera du lait caillé et du miel jusqu'à ce qu'il sache rejeter le mal et choisir le bien. Car avant que l'enfant sache rejeter le mal et choisir le bien, elle sera abandonnée, la terre dont les deux rois te jettent dans l'épouvante. (Isaïe 7, verset 14)

## PARTIE 2

### SON OPTIMISME

Il faut, disait-il, au dernier jour de sa vie, suivre les lois du monde puisqu'on y est, en tout ce qui n'est pas contraire à la loi de Dieu. Je ne contredit jamais personne, disait-il finalement. Je ne veux point, dirait-il, une dévotion mélancolique, fâcheuse, chagrine, mais une piété douce, agréable, paisible, et en un mot, une piété toute franche et qui se fasse aimer de Dieu.

François mène à l'amour par l'amour, à l'amour affectif par l'amour affectif. Il prétend que l'on doit aimer Dieu avec sa volonté, mais aussi avec son cœur. Et pour nous aider à aimer Dieu de toutes nos puissances, même sensibles, il nous le montre toujours avec ses attributs d'amour et de bonté. Il nous le montre à travers la personne humaine de Jésus.

Que vaut l'homme, est-il aveugle, débile et pervers, ou bien se porte-t-il avec aisance à la vertu ?

Est-il spontanément l'ennemi de Dieu, ou bien va-t-il d'un mouvement naturel vers lui ?



Dieu lui-même est-il père ou justicier, Dieu d'amour ou Dieu terrible ?

De la réponse à ces questions découle, à n'en pas douter, toute l'économie de nos relations avec le Ciel. Selon que nous inclinerons vers l'optimisme qui fait confiance à l'homme et à Dieu, ou vers le pessimisme qui désespère des deux à la fois, nous engagerons toute notre activité religieuse sur des voies divergentes.

Optimisme et pessimisme sont comme deux pôles entre lesquels oscille éternellement l'humanité. Tout homme à son insu, ou consciemment, subit l'attraction de l'un ou de l'autre et parfois, tout tour

à tour, de l'un et de l'autre. Ils sont à l'origine de toutes nos démarches dans l'œuvre du salut.

La première génération chrétienne, tout au sentiment nouveau de la paternité de la fraternité divine, encore éblouie des prodiges qui venaient de s'accomplir, s'abandonne sensiblement à l'optimisme. Mais bientôt, devant la corruption persistante du monde, les vues de l'humanité s'assombrissent et l'accent du pessimisme retentit avec éclat. L'orage, né de la pensée et descendu par l'imagination jusque dans la sensibilité, n'apporte que l'agitation de l'être intérieur.

Nous devenons les maîtres de notre destinée. Nous ne sentons plus peser

sur nos épaules cette inexorable fatalité qui nous prédestine au salut ou à la damnation et dont le naturel effet est de nous déconseiller l'effort. Il est en nous d'appartenir à Dieu ici-bas et dans l'autre monde.

Dieu ne décide sur nous qu'après avoir prévu comment nous déciderions nous-mêmes. Nous voilà prévenus d'avoir à ceindre nos reins et de ne pas nous endormir dans l'attente d'une grâce qui nous emporte inerte sur son aile. Il affirmait la nécessité de la grâce et la liberté humaine.

Bien que ce soit, disait-il, un don de Dieu d'être à Dieu, c'est toujours un don que Dieu ne refuse jamais à personne, mais l'offre à tous pour le

donner à ceux qui, de bon cœur, consentiront de le recevoir.

Dieu se contente de peu, car il sait que nous n'avons pas beaucoup.

Sur la crainte de Dieu, il dit à l'impétueuse et versatile abesse du puits d'orbe à cette terrible madame bourgeoise qu'il lui faudra bien parfois gouverner un peu par la crainte.

L'âge précédent avait aimé voir en Dieu surtout la justice et la puissance. Lui, il met en lumière de préférence la miséricorde et la bonté. Dieu reste le Tout-Puissant qu'il faut craindre, mais qu'il faut craindre amoureusement.

Notre crainte doit s'achever en amour et l'amour prendre le pas sur la crainte. Ce n'est pas mal fait, disait-il, de trembler quelquefois devant Celui, en la présence duquel les anges même trémoussent quand ils le regardent en sa majesté.

À la charge toutefois que le Saint Amour, qui prédomine toutes ses œuvres, tienne aussi toujours le dessus, le commencement et la fin de vos considérations.

En parlant du Sauveur, il dira, il nous donne en ceci des preuves de la douceur avec laquelle il traite les pécheurs, car il a deux bras, l'un de sa justice toute-puissante et équitable et l'autre de sa miséricorde

qu'il exalte par-dessus celui de sa justice.

Le chrétien du Moyen-Âge, comme le peuple juif, inclinait à voir Dieu au travers des éclairs et des nuées. Il n'allait généralement à lui qu'avec une sorte d'hésitation tremblante et de préférence par des voies indirectes, notamment par Marie, considérée à la lettre comme le refuge des pécheurs.

Le célèbre « P. Binet », en qui nous entendons pour ainsi dire toute la tradition mariale du Moyen-Âge, exprime bien l'idée fondamentale sur laquelle cette tradition repose quand il dit : « Jésus veut damner et Marie veut sauver ».

La justice est du côté de Jésus, la clémence du côté de Marie.

Ainsi, le Moyen-Âge, dominé par son pessimisme théologique, ne s'adresse à Dieu que par personne interposée. Sans cesse, il en appelle du tribunal de Dieu au tribunal de la Vierge.

Selon sa croyance, Marie, toujours accueillante et pitoyable, arrache des mains de Dieu les plus audacieux pécheurs et les sauve pour ainsi dire « malgré lui et malgré eux ».

La théologie de saint François de Sales sera sans tendresse pour ces petites ruses.

Ainsi, le pessimisme menait à Marie en éloignant de Dieu.

L'optimisme de saint François de Sales rétablit les rapports directs avec Dieu sans éliminer Marie.

Dieu nous est montré si prochain qu'on peut aller à lui sans détour, mais on doit revenir à Marie pour plaire à Dieu. Il dit « la Vierge est tant aimée et chérie de Dieu, qu'on ne peut bien aimer le Fils que pour l'amour de lui on aime extrêmement la mère, et que pour l'honneur du Fils on honore excellemment la mère ».

Ainsi pour saint François de Sales, l'amour de Dieu, le culte à Dieu ne sont pas seulement premiers en dignité, ils sont tels chronologiquement. C'est de Dieu que découle la dévotion à Marie.



Selon sa formule, nous allons à Marie par Dieu. De la dévotion de Notre-Seigneur, dit-il encore, naît incontinent, celle de sa très sacrée mère.

Saint François de Sales continue de nous mener à Dieu par Marie, et si la jolie formule « Allons à Jésus par Marie » apparaîtrait sous sa plume, ce n'est pas parce que dans sa pensée il nous faut un interprète pour parler à Dieu, c'est parce qu'il est bon, en pensant par Marie, d'attendrir et détremper nos âmes dans la confiance pour porter ensuite cette confiance jusque dans le rapport avec Dieu.

La dévotion à Marie fortifie notre confiance.

Nous savons à la vérité que Dieu est infiniment miséricordieux, mais souvent nous ne sentons pas cette miséricorde.

Une station préparatoire au pied de Marie nous met en vibration, nous fait prendre le sentiment d'un Dieu bon, nous aide à prier à la fois de la tête et du cœur.

Mais le recours à Marie pour Saint François de Sales doit laisser à Dieu sa place, et cette place est la première, non seulement en théorie mais aussi en pratique, ce qui s'oublie couramment.

Aussi dit-il, bien qu'on doive à la sacrée Vierge un culte et un honneur plus grand qu'aux autres saints,

néanmoins il ne faut pas qu'il soit égal à celui que l'on rend à Dieu.

Il ajoute « Qui veut plaire à Dieu et à Notre-Dame fait bien, mais qui voudrait plaire à Notre-Dame et également ou plus qu'à Dieu commettrait un dérèglement insupportable.

L'heure du châtiment ne vient pour l'âme qu'après les jours de l'épreuve terrestre, si l'on donne tout leur sens aux divines paraboles du bon pasteur et de l'enfant prodigue, si l'on prend pour une des paroles essentielles de l'Évangile, et non comme il arrive, pour une métaphore sans conséquence la consigne du Christ, « n'éteignez pas la mèche qui fume encore », on estime le pécheur plus

digne de soin et de pitié à mesure qu'il s'enfonce dans l'iniquité.

Le directeur salésien demeure aux aguets pour secourir l'âme pécheresse. Il sait bien que la grâce continue de souffler.

Lorsque les pécheurs sont le plus endurcis dans leur péché, disait un jour saint François de Sales, qu'ils sont venus à un tel point qu'ils vivent comme s'il n'y avait pas de Dieu, de paradis, ni d'enfer, c'est alors que le Seigneur leur découvre les entrailles de sa pitié et de douce miséricorde.

Ainsi donc, jusque dans les pires instants, la grâce continue d'abonder.

Mais comme le pécheur ne réagit plus que mollement sous l'action

divine, parce que le péché atrophie et paralyse la volonté, il faut plus que jamais l'aider à mettre en valeur la grâce qui s'offre encore.

Le maître du saint François de Sales, quand il voit l'âme ainsi précipitée en l'iniquité, il accourt pour l'ordinaire à son aide, et d'une miséricorde sans pareil ouvre la porte du cœur.

Sur cette parole d'évangile, « il y en a beaucoup d'appelés et peu d'élus » l'évêque de Belley nous donne la signification en disant « En comparaison du reste du monde et des nations infidèles, le nombre des chrétiens était fort petit, mais que de ce petit nombre ils s'en perdaient fort peu ».

Si le Dieu de saint François de Sales a pour l'homme toutes les générosités dans le superflu comme dans le nécessaire, l'homme de son côté apporte à l'œuvre du salut une part l'activité qui fait de lui dans cette œuvre un collaborateur utile de la divinité.

Selon lui, le péché d'Adam nous a beaucoup plus atteints dans notre volonté que dans notre raison. L'homme après sa chute naît mauvais, mais en un sens purement relatif, par comparaison avec l'état meilleur auquel il était destiné, en fait, à ne regarder que la nature et ses légitimes exigences, il naît bon.

Nous pouvons donc dire qu'au sentiment de saint François de Sales,

le péché originel n'a pas vicié radicalement notre nature.

Notre activité naturelle n'est pas corrompue dans sa source, et ce que nous faisons, même contre la loi de Dieu, si nous n'apportons ni conscience ni consentement, ne peut nous être imputé à faute.

Nous portons en nous une tendance innée, invincible, à l'amour divin, tendance qui appartient sans doute à la grâce de mener à son terme.

La perfection absolue dont parle l'Évangile est un idéal vers lequel nous devons marcher toujours, étant indéfiniment perfectible.

Ce n'est pas un idéal que nous puissions réaliser ici-bas. Saint

François de Sales ne cessera de nous en avertir.



## PARTIE 3

# SON MORALISME

Parlons à présent de son moralisme. Si Dieu nous apparaît surtout, comme il apparaissait aux Juifs dans sa troublante majesté de créateur et de souverain justifié des hommes, ne serons-nous pas naturellement portés à nous abîmer devant lui, et par suite à subordonner tous nos autres devoirs religieux aux devoirs d'adoration et de louange ?

Si Dieu, au contraire, est considéré par nous comme un Père affectueux,

comme un confident et un ami, indulgent et anxieux des embellissements de notre âme, nous serons infailliblement conduits à fixer en nous-mêmes le centre de nos préoccupations.

Dieu apparut tout de suite à saint François de Sales comme plus avide de nos progrès spirituels que de nos louanges. La religion lui avait donc semblé devoir être une vie intérieure, une spiritualité au vrai sens du mot, plutôt qu'un assemblage de rites. Mais l'humanité ne pouvait pas être en un jour arrachée à ses habitudes millénaires de formalisme rituel. Trop longtemps avant la venue de Jésus, l'homme avait cru satisfaire pleinement la divinité en lui

chantant des hymnes, en lui récitant des formules, en lui offrant des sacrifices, en prenant devant elle des attitudes.

Il fallait de longs efforts et de travail de plus d'une génération pour amener les masses chrétiennes à se pénétrer parfaitement de cette idée que la vraie piété c'est de reproduire en soi quelque chose de la perfection de Dieu même.

Ce fut le rôle des saints et des grands initiateurs religieux de rappeler sans cesse à la chrétienté, comme les anciens prophètes aux israélites, que Dieu veut avant tout nos cœurs et nos vies. Je hais, je méprise vos fêtes et je ne puis sentir vos réunions solennelles. Quand vous m'offrez

des holocaustes, vos oblations, je ne les agrée pas. Le sacrifice de vos bêtes grasses, je ne les regarde pas. Écarte de moi le bruit de tes cantiques, que je n'entende pas la musique de tes harpes, mais que le droit coule comme de l'eau et la justice comme un torrent qui ne tarie pas. (Amos 5, versets 21 à 24.)

L'oraison mentale, c'est se recueillir, s'examiner, se prendre en main, méditer, respirer Dieu par le cœur. Il indique ainsi le reploiement sur soi comme la principale source de perfection morale et qui convient à toute personne, quel que soit leur âge, leur sexe ou leurs conditions.

Il modifie sans doute la durée, la structure et les circonstances de

l'exercice selon le tempérament et la situation de ses correspondants, mais à tous, il le conseille.

Il demande donc à tout homme de méditer pour s'élever et se maîtriser.

C'est en l'oraison que nous apprenons à bien faire ce que nous faisons.

Une doctrine se définit souvent plus nettement par ses contraires que par l'énoncé de ses propres principes. Ce que Dieu veut, ce n'est pas de nous voir faire la fonction des anges, c'est de nous voir monter en vertu et nous « angéliser » comme il dit joliment. La louange n'est agréable à Dieu que dans la mesure où elle nous accroît moralement.

D'elle-même, elle n'est rien si nous ne la ramenons à sa fonction instrumentale, si nous ne la faisons moyen de perfection et stimulant d'amour. Dieu, comblé d'une bonté qui surmonte toute louange et tout honneur, ne reçoit aucun avantage ni surcroît de bien pour toutes les bénédictions que nous lui donnons. Il n'en est ni plus riche, ni plus grand, ni plus content, ni plus heureux.

Pourquoi donc alors veut-il nos louanges ? C'est qu'étant marque et moyen d'amour, ces louanges sont aussi principe d'action. Elles provoquent en nous un mystérieux déclenchement de bienveillance qui nous porte à mieux servir. Elles échauffent les cœurs et font passer à l'acte nos faibles intentions

hésitantes. Il faut en prendre notre partie, dit-il ; la louange humaine est impuissante à réjouir le cœur de Dieu. Mais Dieu la veut pourtant. Il la veut non pour lui qui n'en a pas besoin, mais pour nous, pour que nous en soyons sanctifiés et divinisés. La fin de l'oraison, dit-il, est l'union avec Dieu. C'est la transfiguration de l'âme, car du reste, Dieu n'a pas besoin de nos prières.

Il ajoute, les devoirs envers nous-mêmes sont précisément ceux par lesquels Dieu veut que premièrement nous l'honorions. Ce n'est pas son intérêt que nous l'aimions, écrit-il, c'est le nôtre. Notre amour lui est utile, mais il nous est de grand profit. Et s'il lui est agréable, c'est parce qu'il nous est

profitable. Tout notre malheur, pense-t-il, vient de ce que nous sommes trop faiblement conscients du grand désir qu'à Dieu de nous voir meilleurs.

La gloire de Dieu signifie notre perfection.

Nous serions tout à cette œuvre de perfectionnement si nous avions le clair regard des saints. C'est donc bien, redisons-le, par notre croissance spirituelle que Dieu sera glorifié, non par notre louange ou nos chants. L'office et la prière de louange sont des moyens, ainsi que les cérémonies et la partie matérielle du culte.

Il sait que nos lumières, notre encens, nos cortèges sont inutiles à



Dieu, comme nos louanges, mais il sait aussi, et il le dit, qu'ils sont voulus de Dieu pour nous, parce que nous sommes un assemblage de corps et d'âme. Ainsi voudra-t-il toujours dans nos églises et chapelles, non seulement des parfums, mais aussi des lumières et des fleurs. Fleurs et lumières éducatrices, destinées à nous prendre le cœur par les sens et à nous élever vers Dieu.

Nos hommages vont à Dieu, mais reviennent à nous en effet bienfaisant. Aussi parfaitement que nos psychologues modernes, il sait l'influence du geste, de la parole, des sensations extérieures sur notre âme, car il existe un certain lien entre les sens extérieurs et les intérieurs. Les

génuflexions, les inclinations, les prosternations n'ont pas seulement pour but, dans sa pensée, de consacrer à Dieu la puissance motrice qui nous est commune avec les animaux, elles ont surtout pour objet de stimuler l'amour, d'alimenter la dévotion. Le Saint-Amour se nourrit à souhait parmi ces exercices.

La révérence extérieure aide beaucoup à l'intérieur. Faites, dit-il, les actions extérieures de ferveur, quoique sans goût, embrassant l'image du crucifix, la serrant sur la poitrine, lui baisant les pieds et les mains, levant vos yeux et vos mains au ciel et lançant votre voix en Dieu par des paroles d'amour et de confiance.

C'est ce qu'il appelait nourrir l'intérieur par l'extérieur. Saint-François de Sales l'a nettement vu et c'est toujours sous cet aspect utilitaire et pratique qu'il considère le caractère majestueux du culte. Sachant quelle est leur puissance d'émotion, il en fait un de ses grands moyens pédagogiques.

Si Dieu n'est sensible à nos hommages que dans la mesure où ces hommages nous stimulent et nous élèvent, il n'est de même offensé de nos péchés que dans la mesure où ces péchés nous blessent, nous abaissent et nous séparent de lui. Dieu hait le péché pour le mal qu'il nous fait à nous, non pour le

mal qu'il lui fait à lui. Dieu dans son essence échappe à nos atteintes, mais sa volonté sur nous est mise en échec, son amour méprisé, sa gloire outragée par le péché.

La gloire de Dieu, c'était notre vie accrue, perfectionnée. L'injure à Dieu, c'est notre vie altérée. Par le péché, qui est une rupture d'amour, nous nous dégradons, nous nous perdons.

Voilà par où nous blessons Dieu en le commettant. L'homme se tient pour offenser si quelqu'un dénigre ou détériore l'œuvre de son esprit ou de ses mains. Dieu, pareillement, se tient pour offensé si nous portons atteinte à son œuvre en nous.

C'est à travers nous-mêmes que nous l'atteignons. Le péché étant la ruine de cette vie sainte qui seule pouvait l'honorer. Le péché est l'habitude vicieuse, commencée ou accrue, qui pèse sur nos volontés de bien, qui compromet notre mise à l'égard de Dieu.

Le péché, c'est le suicide spirituel, c'est la blessure intérieure, l'acte par lequel nous attentons les yeux ouverts à notre santé morale, et par quoi nous commençons ou achevons de nous perdre. C'est par là, redisons-le, qu'il est haïssable et qu'il blesse Dieu. Mais si d'aventure il peut être utilisé, capté pour le bien, alors il transfigure et devient, comme notre Saint n'hésite pas à l'affirmer, honorable et salutaire.

Le péché dit-il n'est honteux que quand nous le faisons, mais étant converti en confession et pénitence, il est honorable et salutaire. C'est à la mesure du dommage causé dans l'âme par le péché que se mesure la haine qui lui est due. Le péché véniel, arrivant dans une âme dévote et ne s'y arrêtant pas longtemps, ne l'endommage pas beaucoup, mais si ces mêmes péchés demeurent dans l'âme, pour l'affection qu'elle y met, ils lui font perdre sans doute la sainte dévotion.

Il ajoute, ce n'est rien de dire quelques petits mensonges, de se dérégler un peu en paroles, en actions, en regards, en habits, en jeux, en danses, pourvu que tout aussitôt que ces araignées

spirituelles sont entrées en notre conscience, nous les en rechassions et bannissons. Au ciel, nous avons un Père, toujours prêt à oublier nos infidélités, pourvu que nous ayons le bon propos de les réparer. Il s'écria, chères imperfections qui nous font reconnaître notre misère.

« Encore que je me sens misérable, dit-il, je ne m'en trouble point et quelquefois j'en suis joyeux, pensant que je suis une vraie bonne besogne pour la miséricorde de Dieu. Comment exprimer plus nettement que tout ici encore se doit juger du point de vue de l'utile pour l'homme ?

Le péché est le mal de Dieu, parce qu'il est d'abord le mal de l'homme.

Pour peu que ce péché provoque en nous quelques mouvements d'humilité féconde, une ferme volonté de relèvement, il est traité sans haine.

Le Christ, prévoyant la pénitence, dit notre Saint, permet très facilement le péché. Avec saint François de Sales, le péché ne commence vraiment d'être exécration et pervers que lorsqu'il implique un propos délibéré, d'éluder ou de fronder la volonté de Dieu lorsqu'il contient une affection au désordre, par conséquent une volonté d'abaissement ou de mort spirituelle pour nous. C'est uniquement pour ainsi dire, dans cette volonté réfléchie de suicide moral, que gît la malice du péché.



La religion s'identifie donc pour saint François de Sales avec la culture de nous-mêmes, cette culture qui commence par le soin de ne pas nous dégrader dans le péché et qui se continue par l'effort constant pour nous purifier et nous élever.

Mais si Dieu est avide avant tout de recevoir l'hommage de nos progrès individuels, comment ne serait-il pas également désireux de nous voir travailler au progrès de nos frères ?

Tout âme qui monte glorifie Dieu. Élevons-nous donc nous-mêmes et puis efforçons-nous de faire grandir les autres.

Il n'hésite pas, quand un bien proportionné est en vue, à engager de grandes dépenses. Mais ces

dépenses, il ne les admet qu'en faveur d'un luxe utile.

Pourquoi s'est-il tant appliqué à conquérir pour lui-même la douceur et pourquoi l'a-t-il si obstinément cultivée chez les autres ?

C'est parce qu'à ses yeux, la douceur est la plus captivante de toutes les vertus, la plus capable de gagner des âmes à Dieu.

Ainsi, de toute part et toujours, avec saint François, nous aboutissons à l'utile.

## PARTIE 4

# L'AMOUR, TERME ET MOYEN DE LA PERFECTION

À ses yeux, nous l'avons vu, notre destinée terrestre n'est pas tant d'acquitter envers Dieu un service de louange et d'adoration que de lui faire l'oblation d'une vie chaque jour plus parfaite. Mais par quels moyens allons-nous atteindre le plus sûrement à cette noblesse de vie, à

cette sainteté qui seul sont capables d'honorer Dieu dignement ?

Saint François de Sales nous le dit d'un mot, par l'amour. Aimer Dieu est à la fois pour lui le but et le moyen du progrès spirituel.

Saint François de Sales va donc s'employer à construire les âmes, si l'on peut dire, du dedans, à les faire vivre puissamment, plutôt qu'à les préserver du risque. Nul ne nous a mieux fait comprendre que si nous aimons Dieu par la cime de notre âme, c'est-à-dire par le vouloir, nous ferons infailliblement à chaque minute du jour l'acte le meilleur, l'acte voulu pour la perfection divine. L'amour-charité a son degré

imminent que le saint appelle dévotion.

C'est en effet l'agilité, la facilité, l'habitude acquise de conformer notre vouloir à celui de Dieu. **La charité, c'est-à-dire la vigueur de notre élan à vouloir ce que Dieu veut.** Ainsi défini, l'amour n'est-il pas l'état de victoire sur nous-mêmes ? La pénitence elle-même ne trouve sa raison d'être que dans son efficacité à nous accroître en charité.

Saint François de Sales commence par un élan du cœur, par un désir d'aimer, et de ce désir il entreprend la culture, c'est-à-dire la connaissance, en s'aidant au besoin des œuvres qui causent de la peine et

de la crainte de Dieu, qu'ils s'y remettent à leur juste rang de moyens.

Il ajoute « Je n'ai jamais pu approuver la méthode de ceux qui, pour réformer l'homme, commencent par l'extérieur, par les contenance, par les habits, par les cheveux. Il me semble, au contraire, qu'il faut commencer par l'intérieur, car aussi, le cœur étant la source des actions, elles sont telles qu'il est.

Établir l'amour dans les cœurs sera donc l'alpha et l'oméga de tout son enseignement spirituel. La perfection est là, redit-il sans cesse, elle n'est que là. Et pour exprimer cette idée de salut, il trouve des formules si vives, si fraîches, si

fines, qu'il parvient à donner comme un air de nouveauté à cette doctrine, vieille comme l'Évangile.

Moins préoccupé de supprimer les obstacles que de nous mettre en état de les franchir, le Saint ne dira pas volontiers « évitez ceci et cela », il dira « faites ceci et cela ». Le meilleur moyen pour lui d'abattre un vice ou une doctrine, ce n'est pas de l'attaquer, c'est de former une âme qui spontanément réagisse contre ce vice ou cette doctrine. Il pensait là-dessus comme Spinoza ou comme ce philosophe contemporain qui disait « la meilleure manière de s'empêcher de faire une chose est de se donner un motif positif de ne pas la faire ou d'en faire une autre ». Un mal qu'on interdit, c'est une idée

mauvaise qui, dans son cheminement, rencontre un obstacle. Mais cet obstacle n'est qu'une puissance d'arrêt qui ne supprime pas l'idée pernicieuse. Il faut substituer une idée bonne à l'idée perverse. La bonne hygiène de l'âme est de faire d'abord provision de force, de se mettre en forme pour aller au combat. S'évader du champ de bataille ne résout rien, car la guerre vient nous saisir en dépit de nos précautions pour l'esquiver.

Bien souvent, dit-il, il arrive que nos passions dorment et demeurent assoupies. Et si, pendant ce temps-là, nous ne faisons provision de force pour les combattre et résister, quand elles viendront à se réveiller, nous serons vaincus au combat.



Au lieu de commencer par dire comme tant de maîtres « Soyez humbles, pauvres, tempérants, chastes, mortifiés », il dit d'abord « Aimez, cultivez l'amour, faites-le naître et grandir ». « Avant toute chose, » dira saint François de Sales, « apprenez à aimer ». Dans l'ordre littéraire, ce que l'on conçoit bien s'énonce clairement.

De même, dans l'ordre spirituel, tout acte de vertu se fait aisément si l'on a d'abord mis son cœur d'amour. Concentrer ses efforts sur un point fondamental ne signifie pas renonciation aux éléments secondaires de la perfection, notamment à la pratique des vertus particulières. La culture des vertus

doit aller de pair avec celle de l'amour.

Ne soyons préoccupés capitalement que de l'amour, puisque de l'amour comme fleur de leurs tiges sortiront toutes les vertus. Le catéchisme déclare que l'homme a été créé pour connaître, aimer et servir Dieu, et par ce moyen acquérir la vie éternelle. L'acte en soi n'est rien, le motif d'amour est tout.

Pour saint François de Sales, la qualité de nos actes tient au motif d'amour qui les inspire. Une action est noble ou vile, non pas selon qu'elle est éclatante ou modeste, mais selon qu'elle est informée par un vif ou par un débile amour.

Nos actes prennent donc place dans l'échelle des valeurs, non pas d'après leur importance matérielle, mais d'après l'intention qui les accompagne.

Un acte vulgaire, comme de manger ou boire, peut l'emporter en valeur surnaturelle sur un acte retentissant, s'il est fait avec beaucoup d'amour. « Pensez souvent, écrivait-il, que tout ce que nous faisons a sa vraie valeur de la conformité que nous avons avec la volonté de Dieu. Si, comme en mangeant et buvant, si je le fais parce que c'est la volonté de Dieu que je le fasse, je suis plus agréable à Dieu que si je souffrais la mort sans cette intention-là.

La noblesse du motif d'amour anoblit l'acte vulgaire. En un mot, le mérite d'une œuvre ne se mesure ni à sa hauteur, ni à son étendue, ni à son volume, ni à son poids. Il tient à la petite flamme secrète qui l'anime intérieurement.

Ressaisissons l'esprit qui animait les saints et, pour le détail des actes, laissons-nous faire par la vie. Demandons-nous seulement qu'est-ce que Dieu veut de moi sur l'œuvre. Il se peut que, de tel saint, en telle circonstance, pour telle raison, il ait exigé tel acte d'héroïsme qui mérite l'admiration.

Mais cet acte, pour moi, est-il en ce moment le meilleur ? Voilà toute la question. C'est le choix de Dieu qui

doit guider le nôtre. Entre deux actes, l'un difficile et glorieux, l'autre facile et sans prestige, j'opterai pour le second s'il est préféré de Dieu.

Car, de quelque façon que la sainte volonté de Dieu se fasse, ou par de hautes ou par de basses opérations, il n'importe.

Soupirez souvent à l'union de votre volonté avec celle de Notre-Seigneur. Ne vous oppressez point et ne multipliez point vos désirs pour les actions qui vous sont impossibles.

La valeur d'un acte de vertu n'est pas dans son élément matériel, mais dans son principe spirituel. Ainsi, les

actes ont pour dire un corps et une âme. C'est à l'âme qu'ils se jugent.

Mais de ce que le mérite d'un acte se mesure au degré d'amour qu'il implique, non concluons pas, comme on le fait trop souvent, qu'il soit strictement lié à l'intensité de notre effort pour l'accomplir.

Toute la prétention de sa discipline de vie est de nous libérer de la difficulté proprement dite par un habile dressage.

Comme la plupart des saints, n'en va-t-il pas lui-même à accomplir les actes en apparence les plus ardues avec une aisance qui stupéfie ?

Arriver ainsi au maximum de rendement avec le minimum de

difficulté, c'est l'idéal même de la vie spirituelle.

Le saint voulait nous faire libres par l'habitude qui supprime la difficulté, nous pourvoir d'une sorte d'automatisme vertueux.

Quand le monde sera mort en vous, disait-il, vous pourrez être un peu plus libres. Il ne pensait pas qu'il fut indispensable de pratiquer le bien dans les larmes et la souffrance.

Pour être dévot, dit-il, il faut avoir, outre la charité, une grande vivacité et promptitude aux actes charitables.

Or, cette agilité, cette vivacité, cette promptitude sont tout le contraire de la difficulté. Elles sont le résultat de cet assouplissement qui tend à

éliminer de l'acte vertueux la souffrance, l'effort au sens vulgaire, tout en y maintenant l'élan, c'est-à-dire l'ardeur amoureuse et volontaire.

On voit dès lors comment un acte sans éclat peut surpasser en valeur en apparence généreux. Il ne se contentera pas de dire, en effet, qu'une action vulgaire, comme le manger, le dormir ou le boire, peut devenir par l'amour plus méritant que le jeûne ou la discipline.

Il n'hésitera pas à enseigner que la charité peut changer d'aventure l'essence même des actes, et de mauvais ou indifférents les rendre bons.



En vertu de ce principe, la danse et le jeu peuvent devenir plus méritoires que des œuvres austères justement estimées, bien que de leur nature ces divertissements soient, comme il le dit, blâmables, périlleux ou mauvais.

Sans doute, mettre en balance l'acte de danser et celui de prier, et même prévoir une éventuelle primauté du premier sur le second, peut au premier abord surprendre un esprit non prévenu.

Passer la nuit au bal ou la passer au chevet des malades, cela peut-il entrer en parallèle ?

Entre cette femme du monde qui consume son après-midi en papotage de salon, en essayage, en

promenade, en sauterie, et cette autre femme qui s'emploie pendant le même temps à soigner les infirmes, à prier ou à enseigner les enfants, peut-il s'établir une comparaison qui soit à l'avantage de la première ?

Un esprit timide hésiterait.

Saint François de Sales qui voit le fond des choses ne balance pas.

La première peut être une sainte et la seconde un sépulcre blanchi.

Il a connu des femmes du monde qu'un devoir d'obéissance ou simplement de condescendance envers leur mari conduisait au bal, au dîner joyeux, et qui, dans leurs

instants les plus mondains, vivaient par la pensée sur le cœur du Christ.

Il en a connu qui, dans la minute même où elles livraient leur corps à la danse, s'en arrachaient par le vouloir, se transportaient mentalement au prétoire et s'unissaient à Jésus flagellé. Il savait que ces femmes-là, si elles avaient suivi l'inspiration de leur amour, auraient passé sept heures de frivolité en œuvre et en prière.

Il savait que, rentrées chez elles, elles expiaient à huis clos ce qu'elles considéraient malgré tout comme une misère et une diminution.

Dans le même temps, il avait pu connaître d'autres femmes qui, malgré la protection du cloître,

s'étaient affadies dans le service de Dieu qui accomplissait les actes les plus sacrés avec langueur et dégoût, et il en concluait que l'on peut danser avec profit et se donner stérilement la discipline, que l'on peut donner plus de gloire à Dieu en mangeant une friandise, comme saint François d'Assise, qu'en jeûnant orgueilleusement sous les sacs et la cendre.

Que celles qui jeûneront, dit-il à ses religieuses, ne méprisent point celles qui mangent ni celles qui mangent celles qui jeûneront, puisque même il peut se faire qu'une personne mange avec un tel renoncement de sa propre volonté qu'une autre qui jeûnerait.

Aimons, et tout ce que nous ferons tirera de l'amour une valeur infinie.

L'amour, pourtant, s'il est pour notre saint le principal critère, n'est pas le seul qui serve à déterminer le mérite et la valeur de nos actes.

Sans doute, il dit, parlant de Dieu, il faut avoir grand soin de bien le servir aux choses grandes et hautes, et aux choses petites et abjectes, puisque nous pouvons également, et par les unes et par les autres, lui dérober son cœur par amour.

Mais il est d'évidence que le terme « également » doit s'entendre sous la réserve habituelle « toutes choses égales d'ailleurs ».

Saint François de Sales n'a laissé à personne le soin de nous apprendre que de deux actes inégaux faits avec un égal amour, le grand l'emporte sur le médiocre.

Quant à fixer une stricte hiérarchie de nos actes, quant à leur attribuer un coefficient de valeur, ce sont là curiosité vaine contre lesquelles le Saint ne cessera de mettre en garde ses filles et tous les pénitents.

Il ne s'agit donc pas tant pour nous de faire grand et de faire beaucoup que de faire bien. Il importe de développer sa vie spirituelle en profondeur plus qu'en étendue.

Il faut s'appliquer à ce que nous avons à faire selon notre condition. Vérité tout évidente semble-t-il,

mais qu'il faut sans cesse rappeler aux âmes pieuses même les meilleures.

Une faute, pour petite qu'elle puisse être, faite avec affection, disait-il, est plus contraire à la perfection que cent autres fait par surprise et sans affection.

Une faute est grave par la défaillance qu'elle implique. Un acte est bon par l'élan d'amour qui l'accompagne. C'est au degré de haine comme au degré d'amour que tout se côtoie.

C'est pourquoi, dans son système, toute action, pour mince qu'elle soit, prend tant d'importance. Elle exprime la vigueur ou le fléchissement de l'organisme.

Oh, certes, encore que les choses sont petites en soi, il ne faut pas pour cela laisser de les faire avec beaucoup de soin et d'affection.

Car rien n'est petit en religion, et qui méprise les petites observances viendra bientôt à négliger les grandes.

Ce n'est pas par la multiplicité des choses que nous faisons, que nous acquérons la perfection, mais par la perfection et pureté d'intention avec laquelle nous les faisons.

Pour saint François de Sales, en effet, ce qui importe avant tout, ce n'est pas de pratiquer des dévotions, c'est d'avoir la dévotion.



Ce n'est pas d'entasser œuvre sur œuvre, mérite sur mérite, c'est d'avoir une piété organique articulée dont toutes les manifestations sont ramifiées au centre et réglées par l'amour.

L'âme ne sera pas pour lui une citerne à remplir, mais une source à faire jaillir, une force motrice à accroître et à assouplir. Ce qui compte, ce n'est pas la masse, c'est la qualité.

Nous devons nous appliquer à doubler non nos désirs ni nos exercices, mais la perfection avec laquelle nous les faisons, tâchant par ce moyen de gagner plus par un seul acte, que nous ne ferions pas avec

cent autres faits selon notre propension et affection.

La perfection du chrétien n'est donc pas liée à sa condition extérieure. Le secret pour être un saint tient en deux lignes.

Si tu n'as pas choisi un genre de vie, choisis-le. Si tu l'as choisi, applique-toi aux devoirs de ton État.

C'est vraiment la part de saint François de Sales dans l'histoire de la spiritualité d'avoir restauré cette notion primordiale que la sainteté tient à l'humble et quotidienne pratique du devoir d'État.

C'est lui, le devoir d'État, qui règle pour chacun de nous la hiérarchie des vertus.

Chaque vocation a besoin de pratiquer quelques spéciales vertus. Autres sont les vertus d'un prélat, autres celles d'un prince, autres celles d'un soldat, autres celles d'une femme mariée, autres celles d'une veuve.

Qu'est-ce à dire sinon que chacun de nous doit exceller dans sa profession ? L'ouvrier être bon ouvrier, le soldat être bon soldat, le professeur être bon professeur.

Si vous aviez dévotion, vous trouvant devant le Saint-Sacrement de dire trois fois le Pater en l'honneur de la Sainte Trinité et que l'on vous vint appeler pour faire quelque autre chose, il faudrait se lever promptement et aller faire cette

action en l'honneur de la Sainte Trinité au lieu de dire votre Trois Pater.

L'homme du monde, selon le cœur de Saint-François de Sales, est pareil à ces aimables saints dont il disait « Ils ont des ailes pour voler et s'élancent en Dieu par la sainte oraison, mais ils ont des pieds aussi pour cheminer avec les hommes par une sainte et aimable conversation. »

La dévotion est avant tout l'accomplissement du devoir d'état, l'excellent spirituelle est liée à l'excellence professionnelle.

Si le mérite d'un acte a pour mesure la volonté de Dieu et le degré d'adhésion que nous donnons en le

faisant à cette volonté supérieure, le blanc de la perfection, comme nous dit Saint-François de Sales, n'est-il pas d'abandonner en quelque sorte le choix de nos actes à Dieu ? N'est-il pas de nous laisser faire par la vie ? De soumettre notre vouloir aux circonstances du temps, de lieu, de personne, par où se déclare à nous la volonté Divine ?

Nous touchons là à cette haute doctrine si méconnue, si injustement travestie, qui fait de l'indifférence et de l'acceptation comme le couronnement de l'ascèse, doctrine que plusieurs se sont donné le tort de confondre avec le fatalisme et le quiétisme.

Qu'il y ait généralement plus de vertu dans un acte fait par obéissance que dans un acte fait par inclination et par choix, il l'affirme avec décision. Les jeunes apprentis en l'amour de Dieu, dit-il, se ceignent eux-mêmes. Ils prennent les mortifications que bon leur semblent, ils choisissent leur pénitence et font leur propre volonté parmi celle de Dieu.

Un acte agréable fait par obéissance l'emporte sur un acte ardu fait par fantaisie. Prendre gaiement une récréation commandée peut être plus méritoire que de s'infliger une dure pénitence choisie.

L'acceptation reste supérieure au choix. À une dame que la maladie

tient éveillée la nuit, il écrit que ses insomnies peuvent surpasser en mérite les veilles pratiquées volontairement par les saints.

Et à ses filles, il déclare, avec une étrange vigueur, une vigueur calculée, au mieux vaut toujours sans comparaison ce que l'on nous fait faire que ce que nous faisons et choisissons à faire nous-mêmes.

Allant au fond du problème, il marque d'ailleurs la raison de cet apparent paradoxe. Car, dit-il, quand nous nous employons nous-mêmes et par le choix de notre propre volonté ou propre élection, cela nous donne toujours beaucoup de satisfaction à notre amour propre.

Inspiré par la mode ou la fantaisie, en effet, le choix est un plaisir qui émousse la souffrance, la transforme ou l'abolit.

La chinoise qui se fait douloureusement de petits pieds pour être belle, la coquette européenne qui se plie à des modes crucifiantes, le chasseur de loutres qui passe aux aguets des nuits glaciales, le nageur en eau glacée, tous ceux-là savent bien que le plaisir du choix atténue sensiblement la dureté de leurs exercices.

Le chef-d'œuvre de la volonté, c'est cette acceptation toute nue du vouloir divin.



Croire que la volonté de Dieu se déclare en chaque moment qu'est-ce sinon attribuer à Dieu toutes ses propres inspirations et prendre toutes choses comme voulu de lui.

Les justes désirs du prochain, voilà par où, d'ordinaire, Dieu nous fait connaître, en effet, sa volonté. Une âme qui s'est attachée à l'exercice de la méditation, interrompez-la, vous la verrez sortir avec du chagrin, empressée et étonnée. Une âme qui a la vraie liberté sortira avec un visage égal et un cœur gracieux à l'endroit de l'importun qui l'aura incommodée, car cela est tout un, ou de servir Dieu en méditant ou de le servir en supportant le prochain.

Est-il besoin de montrer combien un tel enseignement peut être puissant pour pacifier les conflits sociaux et généralement pour donner le bonheur ici-bas ?

N'y a-t-il pas là tous les éléments d'un fanatisme redoutable ?

Mais l'acceptation salésienne est tout le contraire de l'inertie et de la passivité.

Faire le bon plaisir de Dieu, ce n'est pas cesser de vouloir, c'est vouloir comme Dieu. Herbart et Renouvrier nous remettaient en garde naguère contre les fâcheuses confusions courantes qui identifient par exemple l'absence de volonté et la volonté négative.

À bon droit, ils nous invitaient à distinguer entre le « ne pas vouloir » et le « vouloir ne pas ». Or, vouloir comme Dieu, c'est généralement vouloir deux fois, puisque c'est vouloir contre notre instinct, quoique pour notre saint cet instinct puisse coïncider avec le vouloir divin.

Se renoncer, c'est être soi, c'est arracher son « moi » aux fatalités inférieures et instinctives qui le tyrannisent, c'est se libérer du caprice.

Étouffer ses aveugles fantaisies, c'est assurer sa personnalité, c'est établir en soi la magistrature de la volonté, d'une volonté ajustée à celle de Dieu.

En conclusion, l'acceptation salaisienne développe au contraire l'initiative en faisant un appel constant à l'élan volontaire.

Dans l'état d'indifférence, (acceptation, abandon volontaire), on n'est plus dominé par la vie, on la domine.

Accepter, ce n'est donc pas s'abandonner, c'est se prendre en main, si l'on peut le dire, et par un effort de virile adhésion s'adapter à l'ordre fixé par Dieu.

C'est par un constant appel à la volonté que saint François de Sales nous conduit à la sainte indifférence. Cette indifférence crucifiante n'implique pourtant pas la mort du désir. Elle demande seulement qu'on

soit assez maître de soi pour faire éventuellement plier ce désir devant celui de Dieu.

Désirons la santé, désirons le succès de telle ou telle affaire, mais si notre rêve est déçu, si le succès nous échappe, soumettons-nous et rendons grâce.

Ayons des désirs, mais sachons les discipliner. C'est une illusion de prétendre étouffer en nous les puissances de sentiments. Laissons-les s'épanouir sous le contrôle d'une volonté soumise à Dieu. Ce n'est pas la sensibilité qui doit arriver à l'indifférence, c'est le vouloir.

## PARTIE 5

# LA CULTURE DE TOUT L'HOMME

La perfection est dans l'amour, et l'amour dans l'accomplissement du vouloir divin, c'est-à-dire dans l'accomplissement du devoir d'État.

Le vrai chrétien n'étudie plus que pour servir le prochain et sa propre âme selon l'intention divine, étudier pour croître moralement, étudier pour faire de soi une offrande plus grande à la divinité, étudier pour

éclairer les autres et les améliorer. Voilà ce qui non seulement justifie la science, mais la canonise.

Aussi bien la passion de savoir comme toutes les autres passions doit se soumettre à une discipline. Notre destinée n'est pas de parvenir à la science, mais à la justice.

En un mot, il éprouve sur lui-même et par lui-même que moyennant une forte volonté de bien, une certaine provision d'amour, tout est saint au saint, et que la science, au lieu d'être un poison, est un aliment pour la vie spirituelle.

Il est de ceux, comme on le voit, qui prient mieux devant la beauté, telle une image de la Sainte Vierge.

Le surnaturel se construit sur le naturel et l'amour de la famille est une vertu naturelle.

C'est une faute que font plusieurs, ils pensent que le chemin du ciel est étrangement difficile.

Une autre fois, dans le traité de l'amour de Dieu, il prenait la défense du baiser, alléguant qu'il était d'usage entre les premiers chrétiens et que Notre-Seigneur lui-même nous avait donné l'exemple d'embrasser ses disciples quand ils les rencontraient et de prendre amoureusement entre ses bras les petits-enfants de Judée.

Aussi, voyons-nous, saint François de Sales donner sans scrupule à ses parents et amis ou à leurs sujets des



marques de tendresse, de douleur ou de joie.

Saint Paul reprochait le détraquement des gentils, les accuse d'avoir été gens sans affection, c'est-à-dire qui n'avaient aucune amitié.

Il a aimé la nature pour elle-même parce qu'elle est belle et il l'a aimée parce qu'elle est l'œuvre de Dieu, un reflet de sa beauté.

Chez saint François de Sales, l'amour de Dieu n'est pas l'ennemi du corps. Le chrétien doit aimer son corps comme une image vivante de celui du Sauveur incarné, comme issu d'une même tige avec celui-ci et par conséquent lui appartenant en parentage et consanguinité.

Aimons les êtres vivants et même les objets inanimés parce que Dieu qui les a créés les a lui-même aimés.

Il faut maintenir son corps en forme pour mieux posséder son âme, pour avoir plus d'énergie à mettre au service de ses frères. Il voit dans l'âme une associée du corps.

Donner des soins, du sommeil et du repos à son corps, c'est le revigorer, c'est le rendre capable de servir mieux son Dieu après. Ce motif qui découle de sa doctrine sur le moyen de procurer la gloire de Dieu, il le détaille, il y insiste.

Acte très excellent de charité, dit-il en parlant du repos, car elle nous oblige d'aimer nos corps convenablement, étant qu'ils sont

requis aux bonnes œuvres, qu'ils sont une partie de notre personne et qu'ils seront participants de la félicité éternelle.

Accabler le corps, c'est accabler l'esprit, c'est amoindrir sa force morale, c'est se désarmer pour le combat, veiller trop tard, c'est se condamner à ne rien valoir ensuite tout au long du jour.

Visiblement, il est tout orienté vers l'utile. Obtenir de l'âme un bon rendement, la maintenir en état de vivacité guée, voilà sa grande pensée.

Ma chère sœur, écrivit-il, il n'est pas croyable combien les longues veilles du soir sont dangereuses et combien elles débilitent le cerveau. On ne le

sent pas en jeunesse, mais on le ressent tant plus par après, et plusieurs se sont rendus inutiles par ce moyen-là. Il ne faut pas laisser passer, sans la souligner, cette réflexion sur les veilles qui débilitent le cerveau et tendent à nous rendre inutiles.

Pour lui, c'est le tout de la vie que l'être utile. Avant tout, il faut servir, il faut durer. Son enseignement sur ce point rejoint exactement celui du Christ qui n'a pratiqué le jeûne et les veilles qu'en des circonstances exceptionnelles.

Enseigner l'Évangile comme il le fit en Chablais, maison aux portes disjointes des controverses d'une efficacité problématique, faire le

catéchisme aux enfants d'Annecy, parcourir chaque année son immense diocèse, recevoir avec un visage souriant des étrangers, des importuns, qui oseraient dire que cela n'est pas aussi rude que de jeûner volontairement.

L'inutilité, l'inaptitude à la culture individuelle et collective, voilà ce que notre Saint veut avant tout prévenir. Il faut être saint pour servir les autres, il faut l'être aussi pour exercer la maîtrise sur soi-même.

Son action en matière de mortification est presque toujours modératrice. Assurément, nous le savons, il ne recule pas pour se diriger devant un jeûne raisonnable ni même devant quelques bons

coups de discipline. Mais s'il lui arrive de recourir à ses moyens énergiques, c'est seulement quand le corps trop ardent menace d'entreprendre sur la liberté de l'âme, quand, par exemple dans la tentation, il y a lieu par une diversion vigoureuse de calmer sa pétulance.

Alors oui, comme il dit, 30 ou 60 coups de discipline sont une opportune médication et qui donnent à l'âme le moyen de se ressaisir, mais ses conseils sont exceptionnels sous sa plume.

Nous sommes grandement exposés aux tentations quand notre corps est trop nourri et quand il est trop abattu, car l'un le rend insolent en son aise et l'autre le rend désespéré en son

malaise. La santé doit être protégée parce qu'elle aide au bon gouvernement de soi-même.

Il estime en conséquence que la récréation joyeuse, la promenade, le jeu, la chasse et tous ces exercices physiques auxquels nous donnons aujourd'hui le nom de sport sont favorables à la bonne hygiène de l'âme et du corps.

Il voulait à tout prix de la joie autour de lui parce que la joie lui semble un bain de jouvence qui restaure les forces. Il pense que le chagrin nous ronge et que nulle santé ne résiste aux humeurs noires.

Réveillez souvent en vous l'esprit de joie et de suavité et croyez

fermement que c'est le vrai esprit de dévotion.

Et si parfois vous vous sentez attaqué du contraire, esprit de tristesse, sortez vous promener et ceci vous le devez faire car outre que cela récrée, Dieu en est servi.

Le sport sert à affermir la santé et détendre l'esprit.

Il faut suivre les lois du monde puisqu'on y est, en tout ce qui n'est pas contraire à la loi de Dieu.



## PARTIE 6

# L'ORAISON MENTALE

Parlons à présent de l'oraison mentale. L'objectif essentiel de saint François de Sales est d'installer fortement l'amour dans les cœurs, l'amour qu'il sait être à la fois exterminateur de vices et générateur de vertus.

Or, parmi les moyens que nous avons de développer en nous l'amour, d'en favoriser les premiers mouvements et d'en assurer la croissance, il en est un qui lui semble

passer de loin tous les autres en efficacité, c'est l'oraison mentale.

Faire oraison, c'est méditer. Méditer pour lui, c'est mâcher une idée, la considérer sous toutes ses faces, la retourner de vingt manières pour la rendre plus adhérente à l'âme. En latin, dit-il, méditer n'est autre chose que mâcher.

Il n'y a aucune autre différence sinon que le mot mâcher est employé pour les choses temporelles et celui de méditer pour les spirituelles. Pour manger des viandes corporelles, il faut les mettre dans la bouche, puis les mâcher et les avaler.

Ainsi, pour cette manducation spirituelle, il faut prendre la viande qui nourrit l'âme, la mâcher, c'est-à-

dire la méditer pour par après l'avaler et la convertir en soi-même.

Comment lire les psaumes avec attention sans faire à tout instant des retours sur soi-même ? Si le psalmiste parle de sa fidélité à Dieu, on confesse intérieurement ne l'avoir pas imité et on promet de faire mieux.

S'il parle des défauts, on se reconnaît coupable avec lui.

Tel péché ou tel défaut surgit devant l'esprit et le cœur crie « Pardon, mon Dieu ! »

Dans l'oraison, il s'agit de s'attarder longuement sur une même idée et de se la convertir en sang et nourriture.

Saint François de Sales a pratiqué ces retours sur soi que provoque aisément la récitation de l'Office chez les âmes recueillies. Mais il a connu par maintes expériences personnelles que cette récitation se fait rarement dans les conditions d'attention assez continues pour être complètement éducative.

Lorsqu'un sentiment favorable passe dans la conscience, l'empêcher de la traverser rapidement, fixer sur lui l'attention, l'obliger à aller éveiller les idées et les sentiments qu'il peut éveiller.

En d'autres termes, l'obliger à proliférer, à donner tout ce qu'il peut donner.

C'est exactement de cette manière que Saint François de Sales a compris le rôle de l'oraison mentale. Il faut mâcher, remâcher l'idée, la faire fondre lentement, s'en laisser imprégner doucement.

Il faut tenir méthode sur toute chose. Il sera même d'avis que pour certaines personnes et dans certains cas, la meilleure méthode est de n'en pas avoir, et l'on peut constater que plus il avance dans la vie, plus il devient sur ce point tolérant et simplificateur.

Pour lui, il n'y a pas de type universel d'oraison.

Chaque âme est en un point de croissance qui la différencie de toutes les autres âmes.

Il devrait y avoir idéalement autant de méthodes d'oraison qu'il y a d'âmes.

Ainsi, la même oraison qui peut faire monter une âme peut en paralyser une autre.

C'est à l'expérience qu'il faut se confier. C'est d'elle qu'il faut apprendre à modifier sans cesse l'économie de sa méditation selon les besoins changeants de son âme.

Toujours attentif à aider plutôt qu'à contraindre l'activité spontanée des âmes en matière d'oraison comme en tout le reste, il permettait tout ce qui, à l'user, lui apparaissait comme bienfaisant.

A celles, par exemple, qui difficilement pouvaient voler de leurs propres ailes et méditer sans le secours d'un livre, il disait « Prenez un livre, qu'importe, pourvu que vous arriviez au but qui est l'amour ».

Mais toute liberté étant sauve, libertés qui peuvent aller d'aventure jusqu'à la suppression de telle ou telle pièce de l'exercice, il reste néanmoins que l'oraison salésienne, dans sa formule commune et réserve faite des oraisons supérieures comporte, peut-on dire, quatre parties nettement différenciées.

Une partie préliminaire ou préparation, une partie intellectuelle

ou cognitive, une partie affective et enfin une partie active ou résolutive.

L'oraison ainsi constituée est un exercice organiquement distinct de tous les autres, vivant de sa vie propre, exercice par lequel, après nous être établis dans une sorte d'état méditatif, nous introduisons dans notre conscience une idée sanctifiante pour la considérer avec notre entendement, notre imagination et notre mémoire.

Cette considération doit avoir pour but de nous émouvoir et de nous porter à des résolutions, puis à des actes conformes à l'idée ou à la vertu méditée. C'est même, nous le verrons, à nous faire produire ces affections et ces résolutions que va,



pour ainsi dire, se réduire toute l'oraison. Le vouloir, une fois déclenché, le but avisé est atteint.

Ainsi, tout orientée vers l'action, l'oraison salésienne telle que nous allons la décrire doit être, et elle est, un merveilleux instrument d'éducation de la volonté.

Nous arrivons à parler de la préparation. La préparation que requiert saint François de Sales comporte essentiellement trois actes, une mise en présence de Dieu, une invocation et le choix d'un sujet d'oraison.

Cette préparation est pour lui de nécessité habituelle. Son premier acte est de nous mettre en la présence de Dieu, rien de plus

propre en effet à composer pour l'idée méditée un milieu favorable que cette évocation de divins interlocuteurs auxquels l'âme va soumettre ses besoins et ses aspirations.

Tous les chrétiens sans doute ont la notion d'une omniprésence perpétuelle de Dieu, mais il en est peu qui en est la conscience précise, bien peu surtout qui en est le sentiment vif.

Il nous faut sans cesse passer comme Pascal du Dieu abstrait des philosophes au Dieu vivant d'Abraham, d'Isaac et de Jacob. Il nous faut faire descendre en nous la figure du Dieu vivant. La présence de Dieu a pour effet en outre de créer

dans la conscience tout à la fois la plénitude et le vide.

Elle la remplit du divin et la vide de tout élément étranger ou hostile à l'idée qui tout à l'heure doit y être introduite. Tous les psychologues ont observé cette liaison en la présence de Dieu et le silence intérieur qu'on appelle recueillement. D'après Pascal, l'état de recueillement, c'est l'oubli du monde et de tout hormis Dieu.

L'âme ainsi mise en présence de Dieu et désoccupée de toute autre chose est-elle suffisamment préparée pour la méditation proprement dite ? Saint François de Sales ne le pense pas. Il prescrit un second exercice qu'il nomme «

invocation » et pour lequel il fait appel non seulement à notre activité spirituelle mais à notre activité physique.

Saint Ignace avait déjà eu cette vue profonde que le rythme intérieur est dans la dépendance du rythme extérieur.

Dans l'une de ses instructions sur les modes de prier, il conseille à celui qui entre en oraison de se tenir debout, de faire un pas en avant ou, s'il le juge meilleur, de se prosterner.

En un mot, de provoquer par une cadence du corps une cadence analogue de l'âme.

Saint François de Sales introduit au second acte de sa préparation des éléments physiologiques.

L'invocation qui constitue ce second acte n'est pas une simple prière du cœur. Elle se fait, dit-il, en cette manière. Votre âme se sentant en la présence de Dieu se prosterne en une extrême révérence.

Prosternation toute spirituelle, sans doute, mais qui s'accompagne d'un mouvement du corps ébauché ou figuré. Si vous voulez, vous pourrez user de quelques paroles courtes et enflammées comme sont celles-ci de David. « Ne me rejetez point, ô mon Dieu, de devant votre face ».

Un élément physique est donc mis en jeu. Une parole articulée est

appelée au secours de l'âme pour lui donner plus de tension, plus d'élan.

Ces paroles brûlantes initiales n'ont pas surtout pour but d'émouvoir Dieu qui connaît bien nos besoins, mais de nous émouvoir nous-mêmes et de nous jeter à lui.

Elles ont pour fonction de faire jouer le désir et de l'appliquer au bien que nous voulons acquérir. L'amour par une bonne oraison.

A la faveur du grand silence intérieur obtenu par la présence de Dieu et quand l'âme s'est mise en mouvement par l'invocation, il reste, avant d'entrer dans l'oraison proprement dite, à faire ce que notre saint appelle la proposition du mystère, c'est-à-dire à introduire

dans la conscience désoccupée l'idée à méditer.

L'oraison n'est efficace que si elle est spécialisée. Enfermons, dit-il, notre esprit dans le mystère que nous voulons méditer, afin qu'il n'aille pas courant çà et là, ni plus ni moins que l'on enferme un oiseau dans une cage.

Pour éviter la dispersion et par conséquent le gaspillage des forces spirituelles, il faut donc se fixer un thème bien défini, que ce thème soit un mystère de la vie du sauveur, une vérité morale ou une vertu.

Parlons à présent de la partie cognitive. Préparée par les opérations que nous venons de décrire, l'âme qui médite doit

maintenant exercer son activité sur l'idée qu'elle a choisie comme sujet. Il s'agit pour elle de donner vigueur et croissance à cette idée, ce qui peut se faire d'abord par le jeu des facultés cognitives, c'est-à-dire de l'intelligence, de la mémoire, de l'imagination.

Ayant donc enfermé votre esprit, comme j'ai dit, dans l'enclos du sujet que vous voulez méditer, ou par l'imagination si le sujet est sensible, ou par la simple proposition s'il est insensible, vous commencerez à faire sur celle-ci des considérations.

C'est l'exacte application de notre axiome moderne, il faut entretenir en soi des idées conformes aux actes qu'on veut produire.



Le but de l'oraison est de nous amener à des volitions fermes, puis à des actes précis, dans le prolongement pour ainsi dire de la vertu ou de la vérité méditée.

Mais pour que la volonté prenne des résolutions valables, ne faut-il pas que l'intelligence l'ait lui d'abord solidement motivée ?

Fournir des motifs à la volonté, tel est particulièrement le rôle de l'entendement dans ce que François de Sales appelle la considération.

Prendre conscience de soi-même, de ses progrès, de ses besoins par rapport à telle vertu, connaître sa température morale, faire le compte de ses défaillances et prévoir les mesures à prendre pour l'avenir,

voilà ce qui ressortit à la considération.

Pour agir conformément, il faut avoir fait longtemps la critique lucide, implacable de nos pauvres voluptés terrestres et les avoir évacuées l'une après l'autre.

Le but de la considération, c'est de nourrir et de renforcer l'idée choisie comme thème, c'est de la croître en quantité en attendant que les affections la croissent en qualité.

Saint François de Sales comme Saint Ignace a encore eu cette belle intuition de psychologue que pour donner vie et puissance à une idée, il faut y penser longuement et que pour la faire mourir, il faut l'oublier et la fourir. Sitôt que vous sentez, dit-il,

quelques tentations, faites comme les petits enfants quand ils voient le loup en campagne. Ne regardez point au visage de la tentation, ainsi seulement regardez Notre-Seigneur, car si vous regardez la tentation, principalement quand elle est forte, elle pourrait ébranler votre courage.

Ne craignez point les tentations, ne les touchez point, elles ne vous offenseront point, passez outre et ne vous y amusez pas.

Règle générale, la lutte directe est dangereuse contre la sensualité.

Toute l'attention qu'on lui donne, même pour la combattre, la fortifie. Le courage, ici, c'est de fuir.

Divertissez votre esprit, disait-il, par quelques occupations bonnes et louables, car ces occupations entrant dans votre cœur et prenant place, elles chasseront les tentations et suggestions malignes.

C'est encore au stade de la considération que se pose la grosse question, toujours controversée, de l'emploi de l'imagination en vue de soutenir l'effort de l'entendement.

Saint François de Sales ne balançait pas à le permettre dès la phase préparatoire. Par exemple, disait-il, si vous voulez méditer Notre-Seigneur en croix, vous vous imaginerez d'être au mont de Calvaire et que vous voyez tout ce qui se fit au jour de la Passion.

C'était revenir au procédé de Saint Ignace, connu sous le nom de « Fabrication du lieu » et qui consiste à se représenter par l'imagination le cadre et les acteurs du mystère à méditer.

Mais remarquons-le, malgré le prestige de l'enseignement ignatien, François de Sales ne recommandera jamais ces reconstitutions sensibles qu'avec une sorte d'hésitation et de timidité.

Quelques-uns vous diront néanmoins qu'il est mieux d'user de la simple pensée de la foi et d'une simple appréhension toute mentale et spirituelle en la représentation de ces mystères.

Notons que Saint François de Sales avait fait une distinction entre les sujets sensibles comme sont les scènes de l'Evangile et les sujets abstraits comme sont les vertus ou les vérités de la foi et que c'est dans les premiers seulement qu'il permet encore un usage assez large de l'imagination.

Les actes cognitifs sont établis dans leur humble rang de moyens. Simples moyens, ils ne sont pas même des moyens nécessaires.

Vous ne devez pas rechercher la considération puisqu'elle ne se fait que pour émouvoir l'affection.

Parlons à présent de la partie affective. Pour Saint François de Sales, en effet, comme d'ailleurs

pour Saint Ignace, l'oraison n'est pas seulement, ni surtout, un exercice d'introspection et d'exploration de soi-même. Elle est une prière, un élan du cœur. Elle met en jeu toutes nos puissances de sentiments.

En ces affections, notre esprit se doit épancher et étendre le plus qu'il lui sera possible. Si nous nous penchons sur nous-mêmes, ce n'est pas pour le simple plaisir de démêler les fils de notre trame intérieure, pour nous regarder penser et nous abîmer dans la contemplation stérile de notre moi. Nous nous analysons pour aimer parce qu'on aime d'autant mieux qu'on sait pourquoi on l'aime. Aussi bien, nous ne sommes pas seuls de jeu en cet exercice.

La préparation nous a mis en présence de Dieu et nous sommes allés devant lui pour lui parler. L'oraison n'est pas un soliloque, elle est un entretien et, comme dit saint François de Sales, un colloque, émis des affections et résolutions, dit-il. Il est bon d'user de colloque et parler tantôt à Notre-Seigneur, tantôt aux anges et aux personnages représentés au mystère.

Cette partie affective qui est le fond solide de l'oraison salésienne, nous devons tendre à n'en pas faire seulement une phase de l'exercice, mais l'exercice tout entier. Ce n'est que provisoirement que, dans les débuts, nous greffons péniblement un acte d'amour sur une vue de l'esprit. Il doit arriver et il arrive un



temps où, par l'effet de l'habitude et de la grâce, le passage de la connaissance à l'amour se fait sans effort et comme spontanément.

Puis les actes d'amour eux-mêmes, d'abord émis séparément et laborieusement réitérés, tendent à s'unifier, à se simplifier, à n'être qu'un seul acte tout puissant dans son unité. Cet état de contemplation synthétique de simple attention amoureuse, unissant en un seul faisceau toutes les forces affectives de notre âme, est le point idéal vers lequel doit s'acheminer toute oraison. Contempler, tendre toute son âme vers Dieu d'un seul mouvement affectif, voilà ce que Saint-François de Sales propose

comme but dernier à tous ceux qui méditent.

Les idées pures, abstraites et froides n'ont qu'une médiocre vertu d'action. Pour qu'elles deviennent des forces et nous fassent passer à l'acte, il faut qu'elles se chargent de sentiments et d'émotions.

Les perceptions, les raisonnements, les réflexions, les souvenirs, en un mot toutes les opérations cognitives ou considérations sont par nature des états faibles parce que ce sont des états froids.

Au contraire, les sentiments associés à des images, les mouvements d'amour et de haine, les désirs, les prières, les regrets, en un mot tous les états que nous avons appelés les

affections, sont de leur nature des états forts, parce que ce sont des états chauds.

La force de l'idée pour pousser à l'acte tient non seulement à sa quantité, c'est-à-dire au nombre, à la richesse, à la complexité des éléments psychologiques qu'elle a groupé au cours des considérations présentes ou passées, mais à sa qualité, c'est-à-dire à sa puissance de vibrations sensibles.

En faisant de l'affection contemplative l'idéal à atteindre, en aiguillant les âmes vers une oraison qui tend à se réduire tout entière en attente amoureuse, Saint François de Sales professait donc implicitement que l'essence de l'oraison est dans

l'acte affectif, dans l'acte générateur de l'action.

Les affections mobilisent nos puissances et les préparent à agir. Tout n'est que moyen par rapport à l'acte qui seul importe car c'est lui qui honore Dieu.

S'il existait d'autres moyens aussi puissants que l'oraison et dans l'oraison d'autres moyens aussi puissants que les affections pour nous conduire à l'acte, il n'y aurait pas lieu de préférer l'oraison et dans l'oraison les affections à ces autres moyens également efficaces.

C'est parce qu'il semble à Saint François de Sales que l'oraison, et notamment l'oraison affective, est la plus énergique des productrices

d'action qu'il la met au premier rang des moyens ascétiques.

Dans l'office, notre esprit voltige et butine sur d'admirables pensées, mais multiples et diverses sans pouvoir s'arrêter sur aucune.

Notre volonté ne leur accorde qu'un assentiment superficiel et éphémère dont la multiplicité compromet la solidité.

Saint François de Sales demande donc que notre volonté joue sur un acte vu, connu, figuré.

Mais une fois le contact établi par la résolution circonstanciée entre la volonté et l'acte prévu, il reste à maintenir la liaison, comme sur les champs de bataille, entre le poste de

commandement et les forces combattantes.

Si l'on veut qu'au moment de l'action, la transmission des ordres se fasse avec exactitude, il faut s'être prémuni contre la rupture des commandes.

Dans l'ordre moral, la rupture des communications entre les forces d'exécution et la force de commandement qui a décidé d'acte se fait de deux manières, par l'oubli et par le contre-ordre. Il peut arriver, et il arrive qu'au moment d'agir, la résolution qui fut vive à son heure n'ait plus dans la conscience qu'une existence précaire.

A la faveur de l'oubli, des motifs d'agir en opposition avec elle se sont

insensiblement glissés en nous. Le matin, sous la pression de l'amour, nous avons décidé d'adresser une parole de bonté à quelques personnes antipathiques. Nous n'avions alors vu et senti que les motifs supérieurs de faire cet acte de charité.

Mais à mesure que nous sommes éloignés du foyer de lumière et de chaleur qui était l'oraison, ces motifs se sont effacés. D'autres motifs contraires se sont substitués à eux. Le visage, l'attitude, la parole de la personne haïe, nous les ont peut-être suggérés, et la résolution que nous avions formée d'être gracieux, a fini, par succomber en nous, victime à la fois d'un oubli et d'un contre-ordre.

A ces deux périls qui guettent la résolution, le Saint oppose une action préventive d'une sagesse profonde. Au contre-ordre, il oppose l'action immédiate, à l'oubli, la réitération des résolutions.

L'action immédiate ferme la porte au contre-ordre en prévenant l'infiltration des motifs adverses.

C'est pourquoi Saint-François de Sales veut que nous formions des résolutions sur le champ réalisable. Il faut donc, par tous les moyens, dit-il, essayer de les pratiquer et en chercher les occasions petites ou grandes, par exemple, si j'ai résolu de gagner par douceur l'esprit de ceux qui m'offensent, je chercherai ce jour-là de les rencontrer pour les



saluer aimablement, et si je ne les puis rencontrer, au moins de dire du bien d'eux et prier Dieu en leur faveur.

Agir vite, commencer d'agir n'importe comment dans le sens de la résolution avant qu'une fissure se soit produite dans le bloc de notre décision, poser un acte qui barre la route au contre-ordre en même temps qu'il renforce notre activité volontaire, tel est le premier précepte de la tactique salésienne.

Mais ce n'est pas tout.

Pour combattre l'oubli et maintenir la résolution vivante dans le champ d'une conscience claire, il faut la renouveler sans cesse et faire

comme un acte continu dans une même ligne.

La fragilité et mauvaise inclination de notre chair appesantit l'âme et la tire toujours contrebas si elle ne s'élève souvent en haut à vive force de résolution, ainsi que les oiseaux retombent soudain en terre s'ils ne multiplient les élancements et traits d'ailes pour se maintenir au vol.

Pour cela, vous avez besoin de réitérer et répéter fort souvent les bons propos que vous avez fait de servir Dieu, de peur que ne les faisant pas, vous ne retombiez en votre premier état.

La résolution est donc, aux yeux de saint François, un organisme précieux mais fragile qu'il faut

entourer de vigilance et de soin si l'on veut éviter qu'il ne meure.

C'est par l'attention que nous ferons reverdir nos bons propos.

Entre les moyens par lesquels nous pouvons ainsi maintenir nos résolutions au premier plan de notre conscience, il en est un qui fut une trouvaille de notre saint, c'est le bouquet spirituel.

C'est une formule memento, un rappel à l'ordre, un raccourci d'oraison.

Ceux qui se sont promenés en un beau jardin n'en sortent pas volontiers sans prendre en leurs mains quatre ou cinq fleurs pour les odorier et tenir le long de la journée.

Ainsi, notre esprit ayant discoursu sur quelques mystères par la méditation, nous devons choisir un ou deux ou trois points que nous aurons trouvé plus à notre goût et plus propres à notre avancement pour nous en ressouvenir le reste de la journée et les odorier spirituellement.

Or, cela se fait sur le lieu même auquel nous avons fait la méditation, en nous y entretenant ou promenant solitairement quelques temps après.

Le bouquet spirituel est donc une parole émouvante et forte, une formule vive et dense.

Parlons à présent de la partie active ou résolutive. Tout n'est que moyen par rapport à l'acte qui seul importe, car c'est lui qui honore Dieu. S'il

existait d'autres moyens aussi puissants que l'oraison, et dans l'oraison d'autres moyens aussi puissants que les affections, pour nous conduire à l'acte, il n'y aurait pas lieu de préférer l'oraison, et dans l'oraison les affections, à ces autres moyens également efficaces.

C'est parce qu'il semble à Saint-François de Sales que l'oraison, et notamment l'oraison affective, est le plus énergique des producteurs d'action qui la met au premier rang des moyens ascétiques.

## PARTIE 7

# LES MOYENS DE CULTURE AUXILIAIRES

La prière du cœur est donc le premier moteur et la source de toute vie spirituelle. Sans elle, les sacrements eux-mêmes seraient inefficaces, agissant sur des organismes morts. Des âmes se sont élevées à la sainteté sans les sacrements, nul n'y est parvenu sans la prière.

Mais si la prière intérieure est l'indispensable moyen de sainteté, l'oraison mentale dans sa forme méthodique telle que nous venons de la décrire n'est pas le seul exercice qui s'impose pour l'acquérir. Saint François de Sales a fait une place imminente à l'examen de conscience et aux sacrements.

Il a fait également une belle place à deux formes de prière, qui ne sont à vrai dire dans sa pensée que des formes complémentaires de l'oraison mentale, mais qui n'en ont pas moins leur existence propre, l'oraison jaculatoire et la prière vocale.

Parlons tout d'abord de l'oraison jaculatoire. L'oraison jaculatoire est donc un exercice de maintenance

destiné à resserrer l'union de notre vouloir avec celui de Dieu, à redonner de l'élasticité aux ressorts intérieurs, à faciliter la pénétration de l'idée méditée jusqu'au centre moteur de notre activité.

Ni la maladie, ni l'ignorance, ni les occupations ne peuvent dispenser personne de cette prière élémentaire que le plus pauvre cœur peut concevoir et formuler.

Il ne s'agit en somme que de rendre conscients, volontaires, les plaintifs « mon Dieu » dont nous émaillons nos conversations et qui sont des ébauches ou des vestiges d'oraisons jaculatoires.



Aspirez donc bien souvent en Dieu par des courts mais ardents élancements de votre cœur.

Admirez sa beauté, invoquez son aide, jetez-vous en esprit au pied de la croix, adorez sa bonté, interrogez-le souvent de votre salut, donnez-lui mille fois le jour votre âme, fichez vos yeux intérieurs sur sa douceur, tendez-lui la main comme un petit enfant à son père afin qu'il vous conduise.

Ces élans, des mouvements pour se donner de l'amour, qu'est-ce autre chose que la mise en œuvre du grand axiome bien connu, entretenir en soi des sentiments et des idées conformes aux actes qu'on veut produire.

Il y a certains mots qui ont une force particulière pour contenter le cœur, comme sont les élancements dans les psaumes de David, les invocations diverses du nom de Jésus et les traits d'amour qui sont imprimés aux cantiques des cantiques.

Mais elle est avant tout création du cœur et de l'esprit, mouvement profond de notre âme vers Dieu, cri spontané dont la substance doit être nôtre, c'est-à-dire inventée ou repensée par nous.

Pour les actes de vertu, il est bon d'arriver à les produire aisément, à peu près comme l'on respire, sans une tension pénible du vouloir.

Dans le domaine de la pensée, il n'en va pas ainsi d'ordinaire.

Pour l'oraison jaculatoire notamment, la condition de sa valeur éducative est d'être consciente.

Aussi, saint François de Sales se garde-t-il d'offrir à ses disciples des formulaires et bréviaires d'oraisons jaculatoires. S'il lui arrive de proposer parfois quelques formules, c'est à titre d'exemple et non pour qu'elles soient répétées.

Notons cette expression « sur le champ » qui marque que dans sa pensée, nos oraisons jaculatoires doivent être une création spontanée, un jaillissement de sources.

Exception faite pour les psaumes dont les formules ont une richesse et vivacité de sens, qui peut les sauver du déshonneur, de l'abaissement, ne nous enchaînons pas à un texte, ne récitons pas, livrons-nous hardiment à notre inspiration, improvisons. Nos balbutiements eux-mêmes, s'ils viennent du cœur, seront de merveilleux excitateurs d'amour.

Saint François de Sale, d'ailleurs, ne nous invite pas seulement à trouver, il nous montre comment trouver.

Parmi les sources d'inspiration auxquelles il nous voudrait voir puiser, la principale après la vie des saints, c'est la nature. Il a vu dans ces montagnes et ces vallées, dans leurs eaux, leurs fleurs, leurs abeilles et

leurs oiseaux, une source inépuisable de vives oraisons jaculatoires.

Il aime la nature pour y prendre appui et rebondir à Dieu. La création, est l'embarcadère de sa pensée vers le Créateur. Il nous excite à la contempler et à l'admirer.

Par exemple, dit-il, un homme, voyant des petits poussins ramassés sous leur mère, s'écriait, « Ô Seigneur, conservez-nous sous l'ombre de vos ailes. »

Sainte Thérèse nous dit : la vue de la campagne, de l'eau, des fleurs, était pour moi un secours, ils me portaient à la ferveur, au recueillement, ils me servaient de livre. Contempler la nature, observer le ruisseau, la fleur,

l'étoile, l'oiseau, les élever à la dignité de symbole, voilà le moyen d'obtenir abondance et variété dans ses conceptions dévotes. Tout est matière à pieuses réflexions pour un disciple de saint François de Sales ; tout l'élève, tout l'inspire. Les milles chemins fleuris que d'autres fréquentent par volupté pure, il les prends pour aller à Dieu.

Nous avons dit que l'oraison jaculatoire était une petite oraison substantiellement identique à la grande, une oraison en miniature.

Elle peut donc, comme l'autre, prendre la forme discursive, c'est-à-dire s'exprimer dans une formule, ou la forme contemplative, c'est-à-dire

se réduire à un simple élan du cœur sans parole.

Quand notre saint écrit à une dame, « Jetez l'œil intérieur sur le sauveur crucifié », il lui prescrit, en somme, une oraison jaculatoire sans parole, une oraison de simple regard, pareille à l'oraison contemplative, dont nous avons dit qu'elle était son idéale.

Nous parlons par le seul regard, disait-il encore. Les mots articulés n'ont pour lui qu'un but, déterminer le mouvement du cœur et de la pensée, seul essentiel.

Mais ils ne sont pas nécessaires. Nous ne recevons de lui aucune prescription sur le nombre, la forme et le moment de ses invocations

essentiellement spontanées. Tout ici relève de l'initiative personnelle.

Il dit seulement, rappelez votre esprit le plus souvent que vous le pourrez en la présence de Dieu, ou encore, faites toujours plusieurs retraites en la solitude de votre cœur pendant que corporellement vous êtes dans les conversations et les affaires.

Dans les minutes les plus dissipées de la vie, au bal, à la récréation, en visite, on peut regarder au-dedans de soi, y contempler Dieu et lui offrir son cœur.

À présent, parlons des prières vocales.



Faire jaillir un cri du cœur, tendre le ressort intérieur, voilà ce que notre Saint poursuit d'abord en toutes choses. Aime et toute prière que tu feras sera bonne. Un cœur aimant trouve toujours la bonne formule pour exprimer son amour.

Avec ou sans formule, la seule chose nécessaire, c'est un mouvement du cœur vers Dieu. La meilleure prière, ce n'est ni la plus longue, ni la plus savamment tournée, mais la plus cordiale et la plus ardente. C'est une clameur aux oreilles de Dieu qu'un désir, qu'un ardent désir.

Et il ajoute, auprès de Dieu le cri ne vaut pas autant que l'amour, signifiant par là qu'une véritable prière n'est pas un exercice des

lèvres, mais un élan du cœur. Guerre donc au verbalisme, guerre à la pure formule. Prenons garde d'étouffer le cri du cœur sous l'abondance des mots.

Logiquement, dans la vie chrétienne, la prière vocale précède la prière mentale. Si nous renversons ici l'ordre habituel, c'est que les diverses sortes de prières sont considérées dans ce travail selon la valeur éducative que leur attribue Saint François de Sales pour une âme adulte. La meilleure manière de prier, c'est de le faire en peu de mots, mais avec ardeur.

Ce n'est pas, en tout cas, au nombre des prières que s'évalue la sainteté. Où l'amour règne, on n'a pas besoin

du bruit des paroles extérieures. L'âme suffit à cette opération mystérieuse qui n'a pour but que d'unir et joindre notre volonté à celle de Dieu.

La prière vocale n'est retenue par Saint François de Sales que dans la mesure où elle nous aide à atteindre cette fin d'union qui se réalise par la fine pointe de l'esprit. Le saint n'ignore pourtant pas que pour certaines âmes et pour nous tous à certaines heures, la prière articulée, la formule, est le stimulant nécessaire, le véhicule aussi de la prière intérieure.

Il s'agit que le geste, l'attitude, le mouvement des lèvres sont

générateurs de pensées, excitateurs de sentiments.

La prière vocale n'est pas recommandée pour elle-même, mais en considération de sa puissance à émouvoir le cœur, à éveiller la pensée.

La prière vocale n'est qu'un point de départ, un moyen d'accéder à la mentale. À mesure que ses principes mûrissent et développent leurs conséquences, à mesure qu'il aperçoit mieux les abus où versent certains gagners d'indulgences, il tend à observer davantage la prière vocale dans la mentale.

Rien n'échappera bientôt à cette mutation, à cette fusion du vocal dans le mental. Même les prières

saintes qui nous viennent en droite ligne de l'évangile et de la tradition apostolique, même le Pater, l'Ave et le Credo sont élevés par lui à la dignité de prières intérieures.

Venons maintenant, dit-il, à l'oraison vocale.

Ce n'est pas faire oraison que de marmotter quelque chose entre ses lèvres si l'attention du cœur n'y est jointe. Car pour parler, il faut avoir premièrement conçu en son intérieur ce qu'on veut dire. Il y a la parole intérieure et la parole vocale, laquelle fait entendre ce que l'intérieur a premièrement prononcé.

La prière n'est autre chose que parler à Dieu. Or, il est certain que parler à

Dieu sans être attentif à lui et à ce qu'on lui dit est une chose qui lui est fort désagréable. Il faut même méditer en récitant l'Office.

Et pour que toute prière, même vocale, devienne ainsi prière mentale, il faut, comme l'oraison proprement dite, l'envelopper d'une atmosphère favorable, il faut l'entourer de silence.

**Commencez toutes sortes d'oraisons, soit mentales, soit vocales, par la présence de Dieu et tenez cette règle sans exception.**

Une prière ainsi préparée par la présence de Dieu, par une reprise de conscience, s'achève en soi, en cœur à cœur, en colloque intime, en prière intérieure.

Il n'y a de prière véritable que la mentale. La vocale doit se dépasser, se hausser à la prière intérieure. La fin de tout, dans la spiritualité salésienne, ce n'est pas en effet de payer à Dieu un tribut de parole, c'est de nous élever moralement.

Et comment pourrions-nous être perfectionnés par notre prière, si cette prière n'était que mouvement de lèvres, si elle ne mettait en activité et l'esprit et le cœur.

A présent, parlons de l'examen de conscience.

Comme la plupart des grands directeurs d'âmes, Saint François de Sales a fait dans son plan d'éducation spirituelle une place importante à l'examen de conscience.

L'antiquité païenne avait parfaitement connu que, pour se conquérir et se posséder, il fallait d'abord se connaître et pour se connaître, s'examiner.

Son examen de conscience, plus encore qu'un inventaire des imperfections et des fautes, est comme un corollaire de l'oraison mentale. Il n'a pas tant pour but de retenir nos regards sur le passé que de les diriger sur l'avenir et de resserrer notre union avec Dieu.

L'examen, pour lui, se ramène sensiblement encore à la prière. Il n'y faut considérer un instant le mal que pour y trouver l'occasion d'un nouvel élan vers Dieu.



Quant à l'examen de conscience, qui doit toujours se faire avant d'aller se coucher, voici comment il faut le pratiquer.

Tout d'abord, on remercie Dieu de la conservation qu'il a faite de nous en la journée passée.

Ensuite, on examine comment on s'est comporté en toutes les heures du jour et pour faire cela plus aisément, on considérera avec qui et en quelle occupation on a été.

Ensuite, si l'on trouve avoir fait quelque bien, on en fait action de grâce à Dieu.

Si au contraire, on a fait quelque mal, en pensée, en parole ou en œuvre, on en demande pardon à sa

divine majesté avec résolution de s'en confesser à la première occasion et de s'en amender soigneusement.

Enfin, après cela, on recommande à la providence divine, son corps, son âme, l'église, les parents, les amis, on prie Notre-Dame, l'ange gardien et les saints de veiller sur nous et pour nous. Et avec la bénédiction de Dieu, on va prendre le repos qu'il a voulu nous être requis.

Comment on sent bien à lire cette brève description de l'examen salésien que le passé n'intéresse le saint que par rapport à l'avenir ?

Précis et méticuleux, quand il s'agit de prévoir et de préparer les événements de la journée, il ne considère brièvement les faits

accomplis que pour en faire le point de départ d'une prière et d'une résolution.

Ce qui l'intéresse, c'est l'état de l'âme, sa température, son potentiel, ses dispositions pour un proche avenir.

Sept fois de suite, il pose la question caractéristique : quel est l'état de votre cœur par rapport à tel ou tel point du programme spirituel et notamment à l'égard de l'amour divin ? Quel est, dit-il, votre cœur contre le péché mortel ? Quel est votre cœur à l'endroit des commandements de Dieu ? Quel est votre cœur à l'endroit des péchés véniels ? Quel est votre cœur à l'endroit de Dieu-même ? Sentez-

vous en votre cœur une certaine facilité à l'aimer et un goût particulier à savourer cet amour ?

L'examen de conscience salésien nous met face à l'avenir. Il est un diagnostic de l'amour en vue des prochaines opérations.

Cependant, il est vain de se connaître si l'on ne veut s'améliorer. Aussi ne consent-il pas à ce que l'examen se limite à la connaissance et notamment à la connaissance des vices.

En spiritualité comme en littérature, la simple critique des défauts n'est pas un bon instrument de progrès. Il faut y joindre l'examen des qualités.

Il faut faire le bilan de ses ressources en même temps que celui de ses défaillances.

Plus encore qu'un froid exercice de l'esprit, l'examen est un coup de sonde dans les dispositions de la volonté.

Dieu ne nous a pas ordonné de vaincre, mais de combattre.

L'examen de conscience n'est pour lui qu'un procès de tendance. Faire le compte de nos défaites et de nos victoires n'est pas son vrai but.

Sa mission est de mesurer et d'accroître notre ardeur combative. Il ne semble pas d'ailleurs avoir conçu l'examen de conscience comme un exercice très différencié,

très spécialisé en vue de la correction des défauts.

Il prescrit l'examen de conscience une fois le jour en ne lui consacrant que quelques minutes le soir avant le sommeil.

Il faut convenir que cette impitoyable poursuite des moindres défaillances sur un point donné est en soi-même un moyen de culture incomparable. Seulement à trop méticuleusement dénombrer ces actes, on peut négliger de remonter à leurs sources.

Saint François de Sales a cru que cette recherche anxieuse de l'imperfection serait à la longue un accablant fardeau pour les âmes.

Son instinct d'éducateur le pousse à donner toujours aux choses de la dévotion, un aspect simple et attrayant. Chiffrer ses fautes comme le faisait Saint Ignace, se plier chaque jour à de lourds mécanismes d'addition et de soustraction, cela lui semble bon peut-être pour certains athlètes ou vétérans de la vertu, mais propre à effrayer les pauvres âmes encore novices.

Malgré son opposition, le saint permit un jour à Angélique Arnault de noter ses péchés comme cela ressort d'une lettre.

Si vous voulez faire quelques marques sur le papier, je l'approuverai, mais sans anxiété.

Parlons à présent des sacrements.

Le sacrement l'intéresse surtout comme source d'énergie spirituelle.

C'est en tant qu'il peut donner à l'âme élasticité, courage, endurance, que le sacrement sollicite l'attention de Saint François de Sales.

Il recommandait la communion spirituelle, c'est-à-dire la communion en esprit, en imagination et en désir, comme un exercice pouvant suppléer à la communion véritable.

Tant il est vrai que le sacrement pour lui est moyen d'assouplissement plus encore que moyen d'enrichissement.

Ainsi conçu, le sacrement n'est pas un moyen de sanctification, mais un



signe de la sanctification acquise, c'est une consécration.

Le sacrement, et particulièrement l'Eucharistie, n'est pas pour lui le point d'arrivée, mais le point de départ. C'est un des grands moyens dont nous disposons pour tremper nos volontés et les unir à celles de Dieu.

Le sacrement est ainsi placé au même rang que l'oraison, parmi les moyens d'éducation spirituelle.

Et son efficacité pédagogique, il la tient particulièrement de ce qu'il est une source de force et de grâce, une nourriture de l'âme.

Deuxièmement, un stimulant psychologique, un aiguillon du désir

d'aimer, qui s'avive en nous du sentiment de la présence divine.

Communier pour apprendre à aimer Dieu, pour nous purifier de nos imperfections, pour nous délivrer de nos misères, pour nous consoler de nos affections, pour nous appuyer de nos faiblesses.

Il emploie souvent le terme de viande dans le sens de nourriture appliquée à la communion.

Il institua, dit-il, parlant de Notre-Seigneur, le sacrement de la très sainte Eucharistie auquel chacun peut participer pour unir son Sauveur à soi-même réellement et par manière de viande.

Une autre fois, Madame de la Fléchère, s'étant rendue coupable d'une légère faute, avait encore jugé bon pour se punir de se priver de communion. Le saint lui rappelle à nouveau le bon principe. La communion n'est pas seulement aliment d'entretien, mais aliment de réparation.

Il a vu, comme nous, dans la communion, une nourriture de l'âme, une force de réparation, de conservation, de progrès.

Le Sauveur a institué ce sacrement très auguste de l'Eucharistie, qui contient réellement sa chair et son sang, afin que quiconque le mange vive éternellement. C'est pourquoi quiconque en use souvent avec

dévotion affermi tellement la santé et la vie de son âme, qu'il est presque impossible qu'il soit empoisonné d'aucune sorte de mauvaise affection.

Ainsi la communion, nourriture spirituelle, agit sur l'âme à la manière dont la nourriture matérielle agit sur le corps. Son efficacité, comme celle de l'aliment corporel, est d'autant plus grande qu'elle est prise dans les meilleures conditions. Il voit dans le sacrement le principe et l'instrument d'un reploiement sur soi, d'une prière intérieure, d'une oraison.

Voilà ce qu'est pour lui la communion, un moyen de reprendre haleine en Notre-Seigneur pour le

support des charges de leur vocation, d'acquérir en vue une vue plus nette et plus consciente de Dieu en nous.

Le sentiment de cette présence vide la conscience des pensées profanes, la met en état de réceptivité et tout ensemble d'activité par rapport aux pensées pieuses.

Or, la communion installe en nous non seulement l'idée, mais la personne même de Dieu.

Le Sauveur ne peut être considéré en une action ni plus amoureuse ni plus tendre que celle-ci en laquelle il s'anéantit, par manière de dire, et se réduit en viande, afin de pénétrer nos âmes et s'unir intimement au cœur et au corps de ses fidèles.

C'est de même en sa qualité de stimulant psychologique, bien plus que comme accumulateur de grâces, qu'il tient la messe pour le soleil des exercices spirituels. Il veut que notre assistance à la messe soit encore et toujours une sorte d'oraison.

Or, dit-il, pour entendre ou réellement ou mentalement la sainte messe comme il est convenable de, tout d'abord, dès le commencement jusqu'à ce que le prêtre se soit mis à l'autel, faire avec lui la préparation, laquelle consiste à se mettre en la présence de Dieu, reconnaître votre indignité et demander pardon de vos fautes.

Ensuite, depuis que le prêtre est à l'autel jusqu'à l'évangile, considérer

la venue et la vie de Notre-Seigneur en ce monde par une simple et générale considération.

Et enfin, depuis l'évangile jusqu'au crédo, considérer la prédication de Notre-Seigneur, etc.

Nous allons ainsi jusqu'à la fin de la messe de considération en considération, de méditation en méditation. C'est une première méthode pour amener à l'oraison. On peut même réciter son chapelet à la seule condition que cette récitation soit méditée.

La messe comme la communion, comme le chapelet, comme toute prière vocale, comme l'examen de conscience, comme la vie spirituelle tout entière, est ainsi pour saint

François de Sales une perpétuelle oraison mentale.

C'est encore comme moyen d'éducation et par les côtés qu'il apparente à l'oraison que le sacrement de pénitence est considéré par lui.

Au chapitre de la confession, il définit en quelques lignes rapides son rôle purgatif et justificatif pour bien vite s'étendre avec complaisance sur son rôle éducateur et roboratif.

Par la confession, dit-il, vous ne recevez pas seulement l'absolution des péchés véniels que vous confessez, mais aussi une grande force pour les éviter à l'avenir, une grande lumière pour bien les



discerner, et une grâce abondante pour réparer toute la perte qu'il vous avait apportée.

La confession nous procure donc deux bienfaits d'ordre différents. Elle est une force et une lumière.

Le saint réagit vigoureusement contre la tendance néfaste qui porte tant de pécheurs à ne voir dans la confession que l'éponge qui efface et non cette force et lumière qui fortifie.

Elle est instituée pour guérir, au vrai sens de guérir, c'est-à-dire pour nous refaire un tempérament et non pour faire disparaître un mal local.

Soucieux de purifier les sources, il nous invite à ne pas accuser

seulement le fait, mais le motif du péché, et en définir la qualité, à dire le sujet que nous avons eu de le commettre.

Ainsi, par zèle d'éducateur, il va bien au-delà du strict obligatoire dans la poursuite des origines du péché. Il ne pousse pas seulement jusqu'au volontaire de la faute, mais jusqu'aux racines de ce volontaire pour les anéantir.

Il fait de la confession un exercice d'introspection aiguë, capable de nous éclairer sur les petits mystères de notre âme, de nous rendre conscient ce fameux inconscient dont le champ n'est aussi vaste que par la négligence que nous mettons d'ordinaire à l'explorer.

Mais la confession, telle que la conçoit saint François de Sales, doit nous mener à plus encore qu'à prendre conscience de nous-mêmes. Elle n'est pas un simple exercice de connaissance, elle est surtout un exercice de volonté. La confession n'est lumière que pour être force, force de délivrance et de progrès.

Dans la vie d'une âme pieuse, la confession lui semblait devoir être un instrument de culture autant qu'un instrument de pardon.