

□ Temps de lecture : 12 min.

La spiritualité chrétienne est souvent perçue comme le patrimoine exclusif d'âmes privilégiées, éloignée de la vie concrète de ceux qui habitent le monde. Saint François de Sales renverse cette vision avec une proposition radicale : Dieu ne se trouve pas dans un ailleurs idéal, mais au cœur battant de l'existence ordinaire. Évêque, directeur spirituel et écrivain du XVIIe siècle, François de Sales a élaboré un chemin de sainteté accessible à tous — au marchand, à l'épouse, au soldat, au paysan — sans exiger l'abandon de son propre état de vie. Le texte qui suit explore les piliers de cette spiritualité du quotidien : l'acceptation aimante de sa propre condition, l'exercice concret des vertus, la rencontre avec Dieu dans les événements de chaque jour et la transfiguration de l'ordinaire par la charité.

C'est dans et par la vie de tous les jours que Dieu me manifeste sa volonté et son amour et c'est elle qui est le lieu providentiel où je peux le rencontrer. L'homme est perpétuellement tenté de le chercher ailleurs, ou à une autre époque, ou dans une condition de vie différente de la sienne, alors qu'il est présent à la vie de chacun. Il pense peut-être spontanément que la vie spirituelle est réservée à une élite, qu'elle est renfermée dans des livres forcément incompréhensibles pour le commun des mortels.

En fait, saint François de Sales propose une spiritualité de la « vie commune », ordinaire, celle du quotidien. Il le dit explicitement dans la Préface de *l'Introduction à la vie dévote* : mon intention, écrivait-il, est d'instruire ceux qui « par leur condition sont obligés de faire une vie commune quant à l'extérieur ». Extérieurement, rien ne semble les distinguer des autres ; intérieurement, le feu de l'amour les enflamme. Si François de Sales a choisi pour patronne de sa congrégation Notre-Dame de la Visitation, c'est parce que « la très glorieuse Vierge fit cet acte solennel de sa charité envers le prochain que d'aller visiter et servir sainte Élisabeth au travail de sa grossesse, et composa néanmoins le cantique du *Magnificat*, le plus doux, le plus relevé, plus spirituel et plus contemplatif qui soit écrit ».

Il faut fleurir là où Dieu nous a plantés

Cette sentence, attribuée à saint François de Sales, définit sans nul doute un des traits fondamentaux de cette spiritualité. Elle consiste en premier lieu à aimer franchement notre état de vie. La raison est claire :

Si nous sommes saints selon notre volonté, nous ne le serons jamais bien ; il faut que nous le soyons selon la volonté de Dieu. Or la volonté de Dieu est que, pour l'amour de lui, vous aimiez franchement l'exercice de votre état.

C'est ici que l'on touche du doigt le réalisme spirituel de François de Sales, qui ne craint rien tant que la multiplication des désirs infructueux. Il faut servir Dieu, disait-il à une jeune novice assoiffée de perfection immédiate, « à l'humaine et selon le temps, en attendant un jour de le faire à la divine et angélique et selon l'éternité ».

Il est bon de désirer beaucoup, mais il faut mettre ordre aux désirs, et les faire sortir en effet, chacun selon sa saison et votre pouvoir. [...] La moindre exécution est plus utile que les grands désirs des choses éloignées de notre pouvoir, Dieu désirant plus de nous la fidélité aux petites choses qu'il met en notre pouvoir que l'ardeur aux grandes qui ne dépendent pas de nous.

Il disait aussi : « Nous nous amusons quelquefois tant à être bons anges, que nous en laissons d'être bons hommes et bonnes femmes ».

Il faudra donc apprendre à nous plaire d'être là où nous sommes. François de Sales, qui ne voulait pas devenir évêque, apprenait chaque jour à aimer ce que Dieu avait voulu pour lui. Jeanne de Chantal devra apprendre à aimer sa condition de veuve, parce que Dieu avait permis qu'il en fût ainsi.

Une de ses sentences habituelles est qu'« il ne faut pas désirer d'arriver à la perfection tout à coup ; il faut aller le chemin commun et ordinaire, qui est le plus sûr ». Non seulement tous sont appelés à la perfection de la charité, qui est la

sainteté, mais la perfection est accessible à tous. Sa conclusion est péremptoire : « Où que nous soyons, nous pouvons et devons aspirer à la vie parfaite ».

L'exercice des vertus

Jusqu'ici, cette spiritualité semble plutôt passive : il faut accepter la vie telle qu'elle se présente, la réalité qui est la nôtre, et s'efforcer de l'aimer comme étant une manifestation de la volonté de Dieu et de son amour à notre égard. Mais ce n'est là qu'un point de départ. Il s'agit maintenant de développer une attitude positive d'intervention que François de Sales appelle « l'exercice des vertus ».

Après avoir reconnu et accepté le moment présent et le lieu providentiel où Dieu « nous a plantés », il faut « fleurir » et porter du fruit, mais toujours en tenant compte de la situation concrète et de la vocation de chacun. Le texte classique qui définit le type de sainteté auquel tous sont appelés mérite d'être cité :

Dieu commanda en la création aux plantes de porter leurs fruits, chacune selon son genre : ainsi commande-t-il aux chrétiens, qui sont les plantes vivantes de son Église, qu'ils produisent des fruits de dévotion, un chacun selon sa qualité et vacation.

Dans la vie chrétienne tout est fruit de la grâce de l'Esprit Saint, mais le don de la grâce requiert la collaboration active de l'homme. L'acquisition des vertus exige de toute façon une bonne dose d'effort, de courage, de fermeté, de constance et de générosité. Il s'agit ici d'un véritable exercice – c'est le sens du mot ascèse – mais qui doit se faire dans un climat de sérénité et de confiance en Dieu. « Vous craignez plus les vices que vous n'aimez les vertus », écrivait-il à une jeune mariée impatiente et scrupuleuse.

Les vertus doivent être exercées selon la vocation de chacun et « il faut soigneusement observer les commandements particuliers qu'un chacun a pour le regard de sa vocation » :

Il est commandé aux évêques de visiter leurs brebis, les enseigner, redresser, consoler : que je demeure toute la semaine en oraison, que je jeûne toute ma vie, si je ne fais cela je me perds. Qu'une personne fasse miracle étant en état de mariage, et qu'elle ne rende pas le devoir de mariage à sa partie ou qu'elle ne se soucie point de ses enfants, elle est pire qu'infidèle, dit saint Paul ; et ainsi des autres.

Pour ne pas nous tromper de route en inversant les priorités, il faut savoir qu'il existe une hiérarchie dans les vertus. Pour François de Sales, cela ne fait aucun doute, c'est l'amour qui vient en tête, tandis que les autres l'accompagnent ou le suivent :

Le roi des abeilles ne se met point aux champs qu'il ne soit environné de tout son petit peuple, et la charité n'entre jamais dans un cœur qu'elle n'y loge avec soi tout le train des autres vertus, les exerçant et mettant en besogne ainsi qu'un capitaine fait ses soldats.

Les autres vertus – en particulier la douceur – dépendent de la charité, elles en sont des manifestations et des réalisations concrètes, ou encore des moyens pour l'acquérir, tant il est vrai que seule la charité « nous met en la perfection ». Il existe toutefois des vertus d'un usage tellement universel qu'il faut en faire continuellement une bonne provision. Ce ne sont pas les vertus des anges, mais celles de vrais hommes et femmes :

S'il plaît à Dieu de nous élever jusques à ces perfections angéliques, nous serons aussi de bons anges, mais en attendant exerçons-nous simplement, humblement et dévotement aux petites vertus, la conquête desquelles Notre-Seigneur a exposée à notre soin et travail : comme la patience, la débonnaireté, la mortification du cœur, l'humilité, l'obéissance, la pauvreté, la chasteté, la tendreté envers le prochain, le support de ses imperfections, la diligence et sainte ferveur.

Il existe encore d'autres listes de vertus, dans lesquelles figurent par exemple la tempérance, l'honnêteté, le courage, la simplicité, la modestie, la cordialité et l'affabilité. Sont mises en lumière en outre quelques attitudes spirituelles, très appréciées par François de Sales, mais qu'il faudrait considérer plutôt comme des fruits des vertus, ou mieux de l'Esprit Saint, tels que la joie, la paix, la confiance ou l'abandon.

Que deviennent dans ce tableau des vertus les exercices ascétiques traditionnels ? Ils ne sont pas abolis, mais l'accent est déplacé. C'est ainsi que François de Sales recommande le travail plutôt que le jeûne, la modération dans les plaisirs plutôt que l'abstention. Au lieu de choisir toujours le pire en guise de pénitence, il vaut mieux s'abstenir de choisir :

C'est, comme je crois, une plus grande vertu de manger sans choix ce qu'on vous présente et en même ordre qu'on le vous présente, ou qu'il soit à votre goût ou qu'il ne le soit pas, que de choisir toujours le pire. Car encore que cette dernière façon de vivre semble plus austère, l'autre néanmoins a plus de résignation, car par icelle on ne renonce pas seulement à son goût, mais encore à son choix ; et si, ce n'est pas une petite austérité de tourner son goût à toute main et le tenir sujet aux rencontres, joint que cette sorte de mortification ne paraît point, n'incommode personne, et est uniquement propre pour la vie civile.

Rencontrer Dieu dans les événements quotidiens

La vie spirituelle telle que la conçoit François de Sales n'est pas faite « pour les choses extraordinaires seulement, mais principalement pour ces petites tricheries (bagatelles) quotidiennes ». C'est au milieu du quotidien le plus banal que peut se faire la rencontre de Dieu. La bergère Rachel abreuvait son troupeau au puits, elle paissait chaque jour ses brebis, elle tirait de l'eau du puits chaque jour, et c'est au cours de ces actions quotidiennes qu'elle rencontra son époux.

S'il y a un point important dans la spiritualité salésienne, c'est celui de la « sainte indifférence », synthétisée dans la formule : « Ne rien demander, ne rien refuser ». L'auteur part du principe que tout ce qui arrive dans la vie – excepté le péché – est voulu par Dieu ou du moins permis par lui. Par conséquent, celui qui aime vraiment

Dieu se prépare à accueillir tout événement, quel qu'il soit, avec une « simple disposition » à recevoir ce qui arrivera comme venant du « bon plaisir de Dieu ».

Une fois que l'événement est arrivé, la personne acquiesce, elle accepte. Il y a là une passivité ou résignation qui semble un peu inquiétante, d'autant que le vocabulaire du « bon plaisir » rappelle trop l'absolutisme du prince temporel. Cependant il faut bien voir que la volonté de se disposer, d'attendre, de se préparer comporte aussi un aspect actif non négligeable. C'est une des dispositions de la volonté les plus recommandées par François de Sales. Elle est fondée, comme il a été dit, sur la confiance en la Providence sans laquelle rien n'arrive en ce monde. Mais elle peut être considérée aussi comme une vertu humaine qui contribue grandement à l'égalité d'humeur, même et surtout dans les moments difficiles de la vie. L'indifférence, enseignait François de Sales aux filles de la Visitation, est une vertu qui ne s'acquiert pas en cinq ans, « il en faut bien dix ».

À propos de la passivité et de la sainte indifférence, qui est en fait une extrême indifférence de la volonté par rapport à ce qui arrivera, François de Sales met lui-même les choses au point en prenant l'exemple de la maladie. « Quand vous serez malade, recommande-t-il à Philothée, obéissez au médecin, prenez les médecines, viandes et autres remèdes pour l'amour de Dieu ». Puis il ajoute : « Désirez de guérir pour lui rendre service ; ne refusez point de languir pour lui obéir, et disposez-vous à mourir, si ainsi lui plaît, pour le louer et jouir de lui ».

L'accueil de l'événement sera d'autant plus facile que l'on est persuadé avec saint Paul que « tout revient au bien de ceux qui aiment Dieu ». Il dit tout, c'est-à-dire non seulement les joies et les consolations, mais aussi les épreuves, les tribulations et les maux de cette vie, y compris les péchés. « Oui, même les péchés, dont Dieu par sa bonté nous défend, sont réduits par la divine providence au bien de ceux qui sont à lui ».

Unir la prière et la vie

Quand il aborde le thème de la prière, l'auteur de *l'Introduction* s'applique avant toute chose à convaincre Philothée qu'il s'agit là d'une nécessité bienfaisante. Suivant la distinction classique, François de Sales considère trois types de prières : vocale, mentale et vitale.

Il apprécie et recommande la *prière vocale*, qu'elle soit liturgique, communautaire ou personnelle. Mais la qualité de telles prières dérive de l'intérieur, du cœur de l'orant : « Un seul Pater dit avec sentiment vaut mieux que plusieurs récités vivement et couramment ».

Il appréciait surtout l'oraison mentale, qu'il recommandait à tous, même aux laïcs. Elle est préférable parce qu'elle donne effectivement la priorité à l'intérieur sur l'extérieur. Sa qualité dépend de l'amour, parce que la prière vaut ce que vaut l'amour. L'oraison mentale, qu'il appelle aussi oraison cordiale, a deux formes : la méditation et la contemplation. Toutes les deux soutiennent la vie spirituelle, comme le manger et le boire entretiennent la vie du corps : « Manger, c'est méditer », « boire, c'est contempler ».

Si l'*oraison mentale* exige de réserver un certain temps de la journée à cet exercice particulier, il existe cependant une troisième forme de prière, beaucoup plus proche de la vie et compatible avec n'importe quelle sorte d'occupations. C'est la *prière vitale*, que l'on pourrait appeler aussi prière vécue, ou simplement union à Dieu. Les occupations ne sauraient en aucune façon empêcher l'union à Dieu, et ceux qui pratiquent cette forme de prière ne sauraient oublier Dieu, pas plus que les amoureux risquent de s'oublier l'un l'autre :

Ceux qui sont amoureux d'un amour humain et naturel ont presque toujours leurs pensées tournées du côté de la chose aimée, leur cœur plein d'affection envers elle, leur bouche remplie de ses louanges, et qu'en son absence ils ne perdent point d'occasion de témoigner leurs passions par lettres, et ne trouvent point d'arbre sur l'écorce duquel ils n'écrivent le nom de ce qu'ils aiment.

Au milieu des activités de la journée et de « la presse des affaires temporelles », il est toujours possible de trouver une seconde de solitude pour rejoindre le cœur de Dieu :

Ressouvenez-vous donc, Philothée, de faire toujours plusieurs retraites en la solitude de votre cœur, pendant que corporellement vous êtes parmi les

conversations et affaires ; et cette solitude mentale ne peut nullement être empêchée par la multitude de ceux qui vous sont autour, car ils ne sont pas autour de votre cœur, ains (mais) autour de votre corps, si que votre cœur demeure lui tout seul en la présence de Dieu seul.

Ainsi, la prière vraie ne fait pas oublier les obligations de la vie courante, à condition d'imiter la femme forte de la Bible, dont il est dit qu'« elle a mis la main à choses fortes et ses doigts ont manié le fuseau ». D'où ces recommandations à la baronne de Chantal, peut-être mal conseillée au début de sa vie spirituelle : « Méditez, élevez votre esprit, portez-le en Dieu, c'est-à-dire tirez Dieu en votre esprit : voilà les choses fortes. Mais avec cela n'oubliez pas votre quenouille et votre fuseau : filez le fil des petites vertus, abaissez-vous aux exercices de charité. Qui dit autrement se trompe et est trompé ».

Cependant tout ne sera pas facile. Unir la prière et la vie, se comporter dans la vie comme on se comporte dans la prière, arriver à faire l'unité du cœur et de la vie, tout cela ne se réalise pas comme par enchantement. Il faudra prendre garde de ne pas perdre l'équilibre intérieur requis pour avancer sans chopper au milieu des dangers. Faisons comme les funambules et les équilibristes : « Ceux qui cheminent sur la corde tiennent toujours en leurs mains le bâton de contrepoids, pour balancer leurs corps justement en la variété des mouvements qu'ils ont à faire sur un si dangereux plancher ». En comparant la croix du Christ au bâton de contrepoids qui garantit l'équilibre, François de Sales rappelle que la vie de tous les jours est pleine d'occasions périlleuses et qu'elle a besoin d'une vraie sauvegarde.

Le quotidien transfiguré

La vie quotidienne est faite d'une multitude de moments, mais « en ces moments, comme dans un petit noyau, est enclose la semence de toute l'éternité ». L'horloge nous donne la mesure quantitative du temps, mais la qualité du temps dépend de nous. Si nous le voulons, « nous pouvons faire toutes nos années, nos mois, nos jours et nos heures, saintes par le bon et fidèle usage ».

À côté des « grandes œuvres », saint François de Sales veut nous persuader de prendre en considération les « moindres et plus basses » : « les menues injures, ces

petites incommodités, ces pertes de peu d'importance qui vous sont journalières », les « petites occasions », les « petites charités quotidiennes », « cette petite incommodité », « cette petite honte », « ces petites souffrances ». Toutes « ces occasions qui se présentent à tout moment, c'est un grand moyen pour assembler beaucoup de richesses spirituelles que de les bien employer ». Le moindre de ces moments peut acquérir une valeur extraordinaire, s'il est vécu avec amour :

Il arrive souvent qu'une personne petite et faible de corps et d'esprit, qui ne s'exercera qu'à des choses petites, les fera avec une si grande charité qu'elles surpasseront beaucoup en mérite des actions grandes et relevées ; car pour l'ordinaire, les actions relevées se font avec moins de charité, à cause de l'attention et de diverses considérations qui se font autour d'elles.

Pendant son dernier *Entretien* avec les sœurs de la Visitation de Lyon, deux jours avant de mourir, saint François de Sales répétera sa leçon favorite : « Ce n'est pas par la multiplicité de nos œuvres que nous plaisons à Dieu, mais par l'amour avec lequel nous les faisons ». Ce n'est pas non plus par la grandeur des actions que nous plaisons à Dieu : « Une sœur qui sera en sa cellule, ne faisant qu'un petit ouvrage, méritera plus qu'une autre qui aura beaucoup de peine, si elle le fait avec moins d'amour. C'est l'amour qui donne la perfection à nos œuvres ». La vie contemplative est meilleure en soi que la vie active, mais « si en la vie active il se trouve plus d'union, elle est meilleure ». La solitude avec Dieu est bonne, mais il arrive assez souvent « qu'on sera aussi uni à Dieu en l'action que dans la solitude ».

L'amour est le secret de l'alchimie salésienne, au point que ce qui nous afflige peut acquérir une valeur extraordinaire par l'union de notre volonté avec le bon plaisir de Dieu.