

Livret
pour le temps du Carême
Année 2023

Cinquième semaine :

Lundi 20 mars au dimanche 26 mars



« C'est l'amour qui donne la perfection à nos œuvres. »
(Saint François de Sales)

Paroisse saint Albert le Grand

Lundi 20 mars

III, VIII. La douceur envers le prochain

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

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

Bien sûr qu'il faut résister au mal, contenir les vices de ceux dont nous avons la charge, avec courage et sans se lasser. Mais il faut le faire avec douceur, et dans un esprit de paix. [...] La réprimande qui procède de la colère, même accompagnée de raisons, n'aura jamais les effets de celle qui ne procède que de la raison. Parce que l'âme reconnaît spontanément l'autorité de la raison, mais ne se soumet à la colère que comme on se soumet à un tyran. [...] Si c'est la raison qui règne, sanctionne et réprimande, chacun approuve, malgré la rigueur ; mais quand la fureur et la colère s'y mêlent, alors elle fait peur, certes, mais on ne l'aime pas ; et elle-même, la raison, en ressort blessée. [...] Car si petite qu'elle soit, une fois entrée, il sera bien difficile de la chasser, car elle se nourrit de mille fausses raisons : jamais homme en colère n'a pensé que sa colère fût injuste.

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

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

Au surplus, lorsque vous êtes en paix, sans aucun motif de colère, faites donc des provisions de douceur, de bonté, de bienveillance. Que vos paroles, et vos actions en soient imprégnées.

[...] Il ne suffit donc pas de mettre de la douceur dans nos paroles, encore faut-il en avoir au-dedans de nous.

Questions :

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

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

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

Mardi 21 mars

III,IX. La douceur envers soi-même

L'un des meilleurs usages que nous puissions faire de la douceur, c'est de l'appliquer à nous-mêmes, en ne nous étonnant jamais de nos imperfections. Certes, il est normal, lorsque nous commettons quelque faute, d'en être mécontent. Il faut pourtant nous garder de toute aigreur, de tout dépit, de toute colère. Il en est beaucoup qui, pour s'être trop énervés, s'énervent encore d'avoir été énervés, ont du dépit d'en avoir eu, sont en colère de l'avoir été. [...] On pourrait penser que la seconde colère apaise la première. En vérité elle ne fait que préparer le passage à une nouvelle colère dès que l'occasion s'en présentera. Ces colères, ces dépit, ces aigreurs contre soi-même ne sont que de l'orgueil et de l'amour-propre, l'un et l'autre troublés et inquiets de nous voir si imparfaits.

Le mécontentement que nous causent nos fautes doit être serein, réfléchi et ferme. [...] Nous nous corrigeons bien mieux par un repentir paisible et ferme que par un repentir plein d'aigreur, d'emportement et de colère. D'autant que ce genre de repentir, nous ne le faisons pas dépendre de la gravité réelle de nos fautes, mais de l'idée que nous nous en faisons. Par exemple, celui qui tient beaucoup à la chasteté, à la moindre faute qu'il commettra contre elle, en concevra un dépit très amer. Mais, en revanche, il tiendra pour faute légère une grave médisance commise contre son prochain. Inversement, celui qui abhorre la médisance se tourmentera d'avoir laissé échapper un léger murmure, et ne tiendra pas compte d'une grave faute contre la chasteté, et ainsi des autres péchés. Tout cela arrive parce qu'ils n'examinent pas leur conscience selon la raison, mais selon leurs passions.

[...] Ainsi lorsque notre cœur aura commis quelque faute, reprenons-le avec douceur et patience, avec plus de compassion que de passion, en l'encourageant à se réformer. Le repentir qu'il en concevra sera bien plus profond que si nous nous énervons et tempêtons contre nous-mêmes. [...]

« Allons, mon pauvre cœur ! nous voilà dans la fosse où nous nous étions juré de ne pas tomber, allons, quittons-la, relevons-nous ; appelons-en à la miséricorde de Dieu ; mettons en elle notre espérance pour être désormais plus fidèle ; reprenons le chemin de l'humilité, et courage ! Soyons plus vigilant à l'avenir. Dieu nous aidera, et avec lui nous ferons beaucoup ! »

[...] Quand il tombera, relevez donc votre cœur tout doucement. Humiliez-vous devant Dieu. Prenez conscience de votre misère. Ne vous étonnez jamais de vos chutes. Il n'y a rien

d'anormal à ce que l'incapacité soit incapable, la faiblesse faible, et la misère misérable. Détestez pourtant de toutes vos forces l'offense que vous avez faite à Dieu. Et avec une grande confiance en lui, reprenez courageusement le chemin de la vertu que vous aviez quitté.

Questions :

- Est-ce que je me désole de mes imperfections ?
- Est-ce qu'il y a des types de péchés que je considère comme de peu d'importance ?
- Est-ce que j'ai de la compassion pour moi-même ?

Prière : Seigneur, ne permets pas que je m'étonne d'être faillible et d'avoir besoin de toi. Si je veux affronter en face la réalité de mes grandes limites, c'est pour me tenir en vérité devant toi comme un pauvre qui sait bien que sans toi il ne peut rien faire.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

Mercredi 22 mars

III,X. Qu'il faut traiter des affaires avec soin, sans empressement ni souci

Nous devons traiter nos affaires consciencieusement. Mais sans préoccupation excessive, sans fébrilité, sans précipitation. Car le zèle et la sollicitude peuvent s'exercer dans la paix de l'esprit, mais ni dans l'agitation ni dans l'inquiétude. En toutes les affaires dont vous aurez la charge, ma Philothée, agissez toujours consciencieusement, puisque Dieu, qui vous les a confiées, veut que vous en ayez grand soin. Mais, autant qu'il est possible, pas d'anxiété, pas d'empressement excessif, car votre raison et votre jugement en seraient troublés, et du coup vous ne pourriez pas traiter vos affaires aussi bien qu'elles doivent l'être.

Quand Notre-Seigneur reprend sainte Marthe, il lui dit : *Marthe, Marthe, tu t'agites et tu te troubles pour bien des choses* (Lc 10,41). Voyez-vous, si elle avait agi consciencieusement mais simplement, elle ne se serait pas troublée ; mais elle s'agite, elle s'inquiète, et c'est ce sur quoi Notre-Seigneur la reprend. [...] Un travail accompli trop vite et avec trop d'empressement n'est jamais satisfaisant. Il faut aller posément. [...] Comme dit Salomon : *Qui hâte trop le pas se fourvoie et risque de chuter* (Pr 19, 2). Nous finissons toujours à temps ce que nous faisons bien. [...]

Prenez les affaires comme elles se présentent, l'une après l'autre, paisiblement, méthodiquement ; si vous voulez les traiter tout de suite, et toutes en même temps, vous n'en viendrez pas à bout, et vous vous serez épuisée pour un maigre résultat.

En toute affaire, appuyez-vous sur la Providence de Dieu, totalement. Elle seule la mènera à bonne fin. Néanmoins, travaillez vous aussi paisiblement, coopérant activement avec elle. Si vous avez mis votre confiance en Dieu, le résultat sera toujours le meilleur, - qu'il soit ce que vous aviez prévu, ou qu'il ne le soit pas.

Faites comme les petits enfants : une main dans celle de leur Père, et l'autre pour cueillir les fraises ou les mûres le long des haies. Vous de même : une main aux affaires de ce monde, et l'autre dans celle de notre Père du ciel, tournant régulièrement votre cœur vers lui pour voir s'il a pour agréables vos occupations et votre manière de conduire vos affaires. [...] Lorsque vous aurez à régler des affaires qui ne demandent pas une attention très soutenue, soyez plus attentive à Dieu qu'à vos affaires. Et quand les affaires seront importantes et qu'elles nécessiteront toute votre attention, de temps en temps vous vous tournerez vers Dieu, comme le font les marins qui, pour se diriger, observent plutôt le ciel que les flots. Ainsi Dieu travaillera avec vous et pour vous ; et, le travail achevé, vous serez contente.

Questions :

- Y a-t-il des choses qui m'inquiètent, me préoccupent, pour lesquelles je m'agite facilement ?
- Au fond, qu'est-ce qui est réellement important dans ma vie et qu'est-ce qui ne l'est pas ?
- Est-ce que je vis suffisamment en présence du Seigneur, confiant dans son soutien inconditionnel ? Est-ce que je me tourne assez souvent vers lui ?

Prière : Seigneur, je veux vivre sans cesse en ta présence, me tourner régulièrement vers toi pour recevoir de toi le soutien dont j'ai besoin à chaque instant. Garde-moi près de toi comme un enfant contre son Père.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

Jeudi 23 mars

III,XI. L'obéissance

La perfection, c'est la charité. Mais l'obéissance, la chasteté et la pauvreté sont les trois grands moyens d'y parvenir. L'obéissance consacre à l'amour et au service de Dieu notre cœur, la chasteté, notre corps, et la pauvreté, nos biens. Ce sont les trois branches de la croix spirituelle, toutes trois fondées sur la quatrième : l'humilité. [...] Tâchons donc, Philothée, de bien pratiquer ces trois vertus, chacun selon sa vocation. [...]

Il y a deux sortes d'obéissance : l'une est une nécessité, l'autre est un choix. Elle est une nécessité lorsque vous devez humblement obéir à vos supérieurs ecclésiastiques, comme au pape et à l'évêque, au curé, ou à leurs délégués. Vous devez obéir aux autorités civiles, c'est-à-dire à votre prince et à ses magistrats. Vous devez enfin obéir à ceux de votre maison, comme votre père, votre mère, vos maîtres et maîtresses. Cette obéissance est qualifiée de nécessaire, parce que nul ne peut se dispenser d'obéir à ces supérieurs-là, Dieu leur ayant donné autorité pour la part qui leur revient. Faites ce qu'ils vous commandent. [...] Obéissez quand il s'agira de choses difficiles, coûteuses, dures, ce sera une obéissance parfaite. Obéissez sans tarder, ni répliquer, promptement, avec douceur, et bonne humeur ; mais surtout obéissez pour l'amour de Celui qui, pour l'amour de nous, *s'est fait obéissant jusqu'à la mort et la mort de la croix* (Ph 2, 8). [...]

L'obéissance à laquelle nous nous obligeons de notre propre choix, nous la qualifions de volontaire. Elle ne nous est imposée par personne. On ne choisit pas son prince, son évêque, ni son père, ni sa mère, souvent on ne choisit même pas son mari, mais on choisit son confesseur, son directeur de conscience. [...]

Il faut obéir à tous les supérieurs, selon la légitime autorité qu'ils ont sur nous. [...]

Demandez à votre père spirituel quels sont les exercices de piété que vous devez pratiquer ; ils vous seront plus profitables, puisque, à leurs grâces propres, s'ajoutera celle de votre obéissance. Bienheureux les obéissants : Dieu ne permet jamais qu'ils s'égarer !

Questions :

- Est-ce que je suis obéissant aux autorités de ma vie (civiles, ecclésiastiques, etc.) ?
- Est-ce que j'ai cherché et trouvé des règles de vie chrétienne que je me suis données à moi-même (prière quotidienne, pénitence hebdomadaire, désert mensuel, retraite annuelle, etc.) ?

Prière : Donne-moi de voir, Seigneur, ce que tu attends de moi pour me faire progresser vers toi en te donnant la première place dans ma vie.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

Vendredi 24 mars

III,XII. La nécessaire chasteté

La chasteté est la fine fleur de la vertu, elle rend les hommes presque à l'égal des anges. Rien n'est beau qui ne soit pur, et la pureté des hommes, c'est la chasteté. Elle est aussi appelée honnêteté, et sa pratique, honneur. Elle est aussi nommée intégrité et son contraire est alors la corruption. Bref, sa gloire propre est d'être la blanche et belle vertu à la fois de l'âme et du corps.

Il n'est jamais permis de tirer de notre corps un plaisir impudique, quel qu'il soit, sinon lorsqu'on est légitimement marié. [...]

Le premier degré de cette vertu, Philothée, consiste à n'admettre aucune sorte de volupté qui soit prohibée et défendue, comme celles qui se prennent en dehors du mariage, ou, de fait, dans le mariage mais contre les règles du mariage.

Le deuxième consiste à s'abstenir, autant qu'il vous sera possible, des plaisirs inutiles, superflus, bien que permis.

Le troisième, à rester libre à l'égard des plaisirs et voluptés qui sont dans la nature des choses. [...]

Au demeurant, tout le monde a besoin de cette vertu. Elle doit se montrer particulièrement courageuse chez ceux qui sont en veuvage. Car non seulement, ils doivent résister aux attraits du présent, mais encore aux imaginations que suscite en eux le souvenir des plaisirs légitimes éprouvés lorsqu'ils étaient mariés. Leur imagination est plus fragile. [...]

Ainsi la chasteté, si elle n'a pas été blessée ou violée, peut être conservée, mais si ce n'est pas le cas, on ne pourra la garder que par une intense vie spirituelle, qui est, comme je le dis souvent, le sucre et le miel de l'esprit.

Les vierges ont besoin d'une chasteté toute de simplicité et de délicatesse pour repousser les curiosités équivoques. [...] Que ces âmes pures ne doutent jamais que la chasteté est incomparablement supérieure à tout ce qui pourrait la ruiner. [...] Les jeunes gens se font une telle idée des flammes de la volupté que, poussés par la curiosité, ils en viennent à se perdre. [...]

Quant à ceux qui sont mariés, et contrairement à ce que croient beaucoup, il est évident que la chasteté leur est nécessaire. Chez eux, elle ne consiste pas à s'abstenir des plaisirs charnels mais à garder la juste mesure. [...] Il est plus aisé de se garder tout à fait des plaisirs charnels que d'en user modérément. [...] Le mariage a été béni et ordonné en partie pour remédier à la concupiscence, et c'est sans aucun doute un très bon remède, mais il reste violent, et par conséquent dangereux, s'il n'est pas pris avec mesure. [...]

Vous voyez bien que la chasteté est nécessaire à tout le monde. *Cherchez la paix avec tous*, dit l'Apôtre, *et la sainteté, sans laquelle aucun ne verra Dieu* (He 12, 14). Or, par sainteté, il entend la chasteté. [...] Non, Philothée, nul ne verra Dieu s'il n'est chaste ; *Nul n'habitera en sa demeure* (Ps 14, 1) *qui n'ait le cœur pur* (Ps 23, 4).

Questions :

- A quoi correspond la chasteté à laquelle je suis appelé par mon état de vie ?
- Y a-t-il des domaines de la volupté par rapport auxquels je ne suis pas libre ?

Prière : Garde-moi, Seigneur, de l'impureté du corps et du cœur. Garde-moi de la convoitise du regard, et donne-moi de goûter avec tempérance aux plaisirs de ce monde que tu me donnes.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

Samedi 25 mars

III,XIV. La pauvreté d'esprit

Bienheureux les pauvres d'esprit, car le Royaume des cieux est à eux (Mt 5,3). Malheureux donc les riches en esprit ! l'enfer est à eux. Est riche en esprit celui qui a l'esprit tout occupé de richesses ; ou qui met tout son esprit dans les richesses. Est pauvre en esprit, celui dont l'esprit n'est occupé d'aucune richesse ; et qui n'a l'esprit dans aucune richesse. [...] Votre cœur doit être ouvert seulement du côté du ciel, et imperméable aux richesses et aux choses qui passent.

Si vous avez des richesses, ne laissez pas votre cœur s'y attacher ; qu'il se tienne toujours au-dessus et que même au milieu des richesses il soit sans richesses, maître et non esclave. Votre esprit est fait pour le ciel, ne le mettez pas dans les biens de la terre. Soyez au-dessus, et non au-dedans.

Il y a une différence entre posséder du poison, et être empoisonné. Les apothicaires disposent de poisons, utiles en diverses occasions, ils n'en sont pas pour autant empoisonnés. Ils n'ont pas leurs poisons à l'intérieur de leur corps, mais dans leur boutique. Ainsi pouvez-vous avoir des richesses sans que vous en soyez empoisonnée. A condition que vous les teniez dans votre maison, ou dans votre bourse, et non dans votre cœur. Etre riche de fait, et pauvre de cœur, c'est la condition du bonheur chrétien. Par ce moyen en effet, le chrétien dispose en ce monde des commodités qu'offre la richesse ; dans l'autre, il aura le mérite de la pauvreté. [...]

Mais voilà, Philothée, [...] Même les plus avares, non seulement ne reconnaissent pas qu'ils le sont, mais, en conscience, ils croient ne pas l'être. [...]

Il n'est pas possible d'aimer beaucoup une chose sans y être très attaché. S'il vous arrive de perdre des biens et que vous sentiez que votre cœur en souffre beaucoup, croyez, Philothée, que vous y êtes très attachée, car rien ne témoigne autant de l'amour que l'on nourrit pour une chose que la souffrance que nous cause sa perte.

Ne désirez donc pas d'un désir trop entier, trop déterminé, le bien que vous n'avez pas ; n'engagez pas votre cœur dans celui que vous avez ; ne vous désolerez pas des pertes qui pourraient survenir. Ainsi vous aurez quelque raison de croire qu'étant riche de fait vous ne l'êtes pas de cœur, mais que vous êtes pauvre d'esprit et par conséquent bienheureuse, *car le Royaume des cieux vous appartient (Mt 5,3).*

Questions :

- A quoi suis-je attaché en ce monde ? Qu'est-ce qui me coûterait si je le perdais (biens matériels, argent, santé, relations, réputation, travail, etc.) ?
- Comment puis-je travailler à me détacher dès à présent de ce que je perdrai un jour ?
- Est-ce que Dieu est ma plus grande richesse, celui vers qui mon cœur est tourné plus que vers tout autre bien ?

Prière : Seigneur, fais-moi désirer vivre de toi et pour toi. Donne-moi de connaître la vraie valeur des réalités de ce monde pour que mon cœur ne s'attache qu'à celles qui ne passent pas.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.

Dimanche 26 mars – 5^{ème} dimanche de Carême

III, XVI. La richesse d'esprit dans la pauvreté réelle

Si vous êtes réellement pauvre, très chère Philothée, ô Dieu, soyez-le encore en esprit : faites de nécessité vertu et saisissez cette pierre précieuse de la pauvreté pour ce qu'elle vaut : sans éclat aux yeux du monde ; et cependant, extrêmement belle et de très grande valeur. [...]

Embrassez-la donc, comme la chère amie de Jésus-Christ. Lui, naquit, vécut, mourut dans la pauvreté. Il s'est nourri de pauvreté.

Votre pauvreté, Philothée, présente deux avantages, qui sont autant d'occasions pour vous de bien mériter. Le premier : vous ne l'avez pas choisie. C'est la seule volonté de Dieu qui vous a faite pauvre, vous n'y avez collaboré en rien. Or, ce que nous recevons directement de la volonté de Dieu lui est toujours très agréable, dès lors que, pour l'amour de sa sainte volonté, nous y consentons de bon cœur. [...]

Le second avantage de cette pauvreté, c'est qu'elle est une pauvreté vraiment pauvre ! Une pauvreté admirée, secourue, assistée, tient plus de la richesse que de la pauvreté. Mais une pauvreté méprisée, qu'on vous reproche, et qui reste sans secours, voilà qui est une vraie pauvreté. [...]

Ne vous plaignez donc pas, ma chère Philothée, de votre pauvreté ; car on ne se plaint que de ce qui déplaît et, si la pauvreté vous déplaît, c'est que vous n'êtes pas pauvre en esprit, mais riche en esprit.

Ne vous désolez pas non plus de n'être pas secourue comme il serait nécessaire. C'est là le meilleur de la pauvreté. Vouloir être pauvre, sans en subir les inconvénients, c'est trop désirer ! puisque c'est vouloir l'honneur de la pauvreté tout en gardant les avantages de la richesse !

Questions :

- Quelles sont mes pauvretés personnelles, mes incapacités et limites objectives ?
- Est-ce que je les ai acceptées humblement, comme faisant partie de ma condition de créature de Dieu choisie par lui ainsi de toute éternité ?
- Est-ce que je m'en plains ou bien est-ce que je m'appuie sur elles pour compter sur Dieu ?

Prière : Je te rends grâce Seigneur de m'avoir créé imparfait. Garde présent à mon esprit la réalité de ma pauvreté pour que je n'oublie jamais de compter sur toi pour vivre de ta grâce.

Silence – Notre Père – Je vous salue Marie.