LIVRE IX : DE LA TRISTESSE

1. Danger de la tristesse

Le cinquième ennemi dont nous avons à repousser les attaques, est la tristesse qui consume le cœur. Si dans les événements incertains et variés de la vie, nous la laissons envahir notre esprit, elle nous éloigne à chaque instant de la contemplation divine. Elle affaiblit notre âme et lui fait perdre cette pureté qu'elle devait avoir. Elle ne lui permet plus de faire ses prières avec la ferveur accoutumée. Elle la détourne des lectures saintes qui lui seraient utiles. Elle nous empêche d'être calmes et doux à l'égard de nos frères, et nous rend impatient et désagréable dans tous nos actes et devoirs religieux. Après nous avoir fait perdre la lumière des bons conseils et l'énergie du cœur, elle nous jette dans une sorte d'ivresse et de folie. Elle nous brise et nous précipite dans l'abîme du désespoir.

2. Avec quel soin nous devons combattre cette maladie

Si nous désirons bien combattre dans les combats spirituels dont parle saint Paul, nous devons apporter autant de vigilance à guérir cette maladie que les autres vices de l'âme : « *la teigne nuit au vêtement, et le ver au bois, comme la tristesse nuit au cœur de l'homme* » (Pr 25, 21). L'Esprit Saint exprime ainsi clairement la force et les ruines de cette passion dangereuse.

3. La tristesse est un ver qui ronge l'âme

Dès qu'un vêtement est attaqué par les teignes, il perd toute sa valeur et ne peut plus honorablement servir ; et lorsque le bois est rongé par les vers, il ne peut être employé dans les plus simples constructions, et n'est bon qu'à être brûlé. De même, lorsque l'âme est dévorée par la tristesse, elle devient impropre à ce vêtement sacré où coule, selon le prophète David, « *ce baume du Saint Esprit qui descend du ciel, pour se répandre sur la barbe d'Aaron et jusque sur le bord de son vêtement* » (Ps 132, 2). Elle ne peut plus servir à la construction et à l'ornement de ce temple spirituel, dont, selon saint Paul, le sage architecte a posé les fondements lorsqu'il a dit : « *Vous êtes le temple de Dieu, et l'Esprit de Dieu habite en vous* » (1 Co 3, 16) ; ce temple dont l'Épouse des *Cantiques* a décrit les matériaux : « *nos solives sont de cyprès, et les lambris de nos demeures sont de cèdres* » (Cant 1, 16). Les bois choisis pour le

temple de Dieu sont tous incorruptibles et d'une bonne odeur ; on rejette ceux qui sont trop vieux et rongés par les vers.

4. Quelles sont les causes de la tristesse

Les causes de la tristesse sont quelquefois un mouvement de colère que nous avons eu, un désir trompé, un profit perdu, le regret de n'avoir pas obtenu ce que nous avions espéré. Quelquefois, sans aucune cause apparente qui puisse nous faire tomber dans cet état fâcheux, la malice du démon nous jette tout à coup dans un tel abattement, que nous ne pouvons plus recevoir avec une joie ordinaire les personnes que nous aimons le mieux et qui nous sont le plus utiles. Tout ce qu'elles nous disent pour nous être agréables, nous paraît ennuyeux et superflu. Nous ne savons plus leur dire une bonne parole, tant notre coeur est rempli d'ennui et d'amertume.

5. D'où nous viennent nos chagrins et nos vices

N'est-ce pas une preuve évidente que ce ne sont pas toujours les défauts des autres qui nous troublent, mais que nous avons, au contraire, en nous les causes de nos chagrins et les semences de tous les vices, qui se développent et portent leurs fruits, lorsque la pluie des tentations vient à tomber sur nos âmes ?

6. De la disposition aux chutes

La conduite du prochain ne nous porterait jamais au péché, si nous n'avions dans notre coeur le principe de toutes nos fautes ; et il ne faut pas croire que nos chutes soient subites. Lorsque la vue d'une femme nous fait tomber dans les honteux désirs de la concupiscence, il faut penser que l'occasion a réveillé seulement en nous l'impureté cachée dont notre coeur était malade.

7. La perfection s'acquiert par la patience et non par l'éloignement de nos frères

Aussi Dieu, le créateur de toute chose, qui connaît mieux que nous le moyen de guérir son oeuvre, et qui sait très bien que les racines, les principes de nos fautes, sont en nous-même et non pas dans les autres, ne nous ordonne pas de fuir la société de nos frères et d'éviter ceux que nous avons blessés, ou que nous croyons nous avoir offensés ; mais il veut que nous cherchions à les apaiser, parce qu'il sait bien que la perfection du coeur s'acquiert

bien moins par la fuite des hommes que par la vertu de patience. Et une fois que cette vertu est affermie en nous, elle peut nous faire conserver la paix au milieu même de ceux qui la détestent. Mais si elle nous manque, nous pourrions nous irriter contre ceux qui sont parfaits et bien meilleurs que nous. Les occasions de trouble qui nous feraient fuir les hommes, ne nous manqueront jamais dans nos rapports avec eux ; mais en nous en séparant, nous n'éviterons pas les causes de notre tristesse ; nous en changerons seulement.

8. C'est en nous corrigeant que nous pourrions vivre bien avec tout le monde

Nous devons donc nous appliquer avant tout à corriger nos défauts et à réformer nos cœurs. Car, lorsque nous l'aurons fait, nous pourrions vivre facilement, non seulement avec les hommes, mais encore avec les bêtes féroces, comme il est dit dans le livre de Job : « *Les bêtes de la terre s'adouciront pour vous* » (Jb 5, 23). Nous ne craignons pas les contrariétés qui viennent du dehors, et aucun scandale ne saura nous troubler, si nous n'avons en nous rien qui puisse y répondre. « *La paix inonde ceux qui aiment votre loi, Seigneur, et le scandale ne peut les atteindre* » (Ps 118, 16).

9. De la tristesse qui jette dans le désespoir

Il y a encore une tristesse plus détestable, c'est celle qui, au lieu de porter l'âme coupable à régler sa vie et à fuir le vice, la jette dans l'abîme du désespoir : c'est celle qui empêcha Caïn de se repentir après son fratricide, et qui empêcha Judas de réparer son crime après sa trahison, et l'entraîna à se pendre.

10. En quoi la tristesse peut nous être utile

La tristesse ne nous est utile que quand elle nous vient du repentir de nos fautes, du désir de notre perfection ou de la pensée du bonheur qui nous attend au ciel. C'est de cette tristesse que l'Apôtre a dit : « *La tristesse qui est selon Dieu, produit une pénitence efficace pour notre salut, tandis que la tristesse du siècle donne la mort* » (2 Co 7, 10).

11. Comment on distingue la bonne tristesse de la mauvaise

La tristesse sainte qui produit une pénitence efficace est soumise, affable, humble, douce et patiente, parce qu'elle vient de l'amour de Dieu, comme de sa source. Le désir de la perfection fait que l'âme accepte avec empressement les souffrances du corps, et qu'elle

s'excite sans cesse à la contrition du coeur. Elle est heureuse cependant et se nourrit de ses espérances. Elle conserve toujours l'onction de la douceur et de la bonté, parce qu'elle possède tous ces fruits de l'Esprit Saint dont parle l'Apôtre : « *Le fruit de l'Esprit est la charité, la joie, l'humanité, la bonté, la bienveillance, la foi, la douceur, la continence* » (Ga 5, 22).

L'autre tristesse, au contraire, est aigre, impatiente, dure, pleine de rancune et d'inutiles chagrins. Elle porte au désespoir celui dont elle s'empare et l'empêche de profiter de la douleur. Elle perd la raison, et non seulement elle nous prive du secours de la prière, mais elle détruit tous les fruits spirituels que nous devons en attendre.

12. Nous devons chasser la tristesse qui peut nous nuire

Ainsi toute tristesse qui ne vient pas d'une componction salutaire, du désir de la perfection ou de l'attente des biens futurs, doit être combattue comme une tristesse du siècle qui produit la mort, et il faut la chasser de notre coeur, avec le même soin que l'impureté, l'avarice et la colère.

13. Remède pour détruire la tristesse dans nos coeurs

Nous devons détruire en nous cette dangereuse passion de telle sorte que notre âme puisse se nourrir de ses saintes espérances et de la pensée du bonheur qui lui est promis. C'est ainsi que se dissipent toutes les tristesses qui viennent d'un accès de colère, de la perte d'un gain, d'un tort qu'on nous fait ou d'une injure que nous n'avons pas méritée. Nous surmonterons aussi ces tristesses sans cause qui troublent notre âme et nous portent au désespoir. La vue des biens éternels nous remplira d'une joie sainte et nous rendra fermes et persévérants. Nous ne nous laisserons point abattre par le malheur ou enivrer par la prospérité, parce que nous verrons que toutes les choses de ce monde sont fragiles et passagères.