

*Au temps de st Vincent de Paul
... et aujourd'hui*

LA SOBRIETE

« ... Ceignez les reins de votre entendement, soyez sobres, et ayez une entière espérance dans la grâce qui vous sera apportée »
(1 Pierre 1,13)

« Vivre mieux avec moins », la sobriété, une des vertus qui ont accompagné l'histoire humaine.

Nous sommes arrivés à un moment de notre histoire humaine qui nous invite à accepter un autre style de vie si nous voulons une meilleure santé pour nous et pour la terre.

Rappelons-nous le Vénitien libertin et noceur, de l'ouvrage de Luigi Cornaro sur la sobriété en 1558. Ce vénitien de 30 ans, souffrant de crises de goutte et sentant ses derniers jours se rapprocher, décida de changer de comportement face au manger, au boire ... pour retrouver la santé. Il s'est mis à vivre sobrement. La pratique de la sobriété l'a conduit à retrouver la santé. Et il mourut plus que centenaire.

Depuis des décennies, des voix s'élèvent face à la prédation démesurée de l'homme sur la création, pour inviter notre société de consommation à adopter un autre style de vie, et elles appellent à redécouvrir la vertu de sobriété. Cette vertu d'autrefois, qui est l'art de la retenue, de la modération, a été exaltée par plusieurs sages et saints, dont st Benoit, st Thomas d'Aquin ... et aussi nos fondateurs st Vincent de Paul et ste Louise de Marillac.

Parmi les voix qui s'élèvent, souvenons-nous de celle du pape François qui disait en 2019 : *« Il s'agit de retourner à la simplicité, à la sobriété et de vivre chaque moment de l'existence en étant attentif aux besoins de l'autre. Ainsi nous pourrions consolider nos liens dans une fraternité qui vise le bien commun et évite l'individualisme et l'égoïsme qui eux ne provoquent que la faim et l'inégalité sociale. Un style de vie qui nous permettra de cultiver un rapport sain avec nous-mêmes, avec nos frères et avec l'environnement dans lequel nous vivons. »* (Message du pape François du 16 octobre 2019)

La sobriété dont il s'agit, est-elle seulement une question de retenue dans le boire, le manger, le vêtir ? ... Est-ce seulement un sujet de réduction énergétique, de changement de moyens de transport, entre le vélo et la voiture ... ?

La sobriété ne regarderait-elle pas aussi la qualité de notre relation à l'autre et la retenue dans la recherche du savoir qui enfle l'orgueil humain ?

Dans ce numéro 115 des Fiches vincentiennes, nos fondateurs nous parlent de la sobriété. Une vertu dont nous avons besoin aujourd'hui pour développer un rapport sain avec nous-mêmes et toute la création.

Un style de vie sobre

L'incarnation de Jésus raconte le choix de Dieu de partager sa vie avec les hommes, en commençant par les pauvres et les exclus, en choisissant de mener un style de vie sobre et humble.

Il est né dans un petit village de la périphérie de l'Empire romain, la Judée, d'une très jeune femme, Marie, dans une famille qui vivait du travail de Joseph. La mission de Jésus, annoncée dans la synagogue de Nazareth, est résumée dans la prophétie d'Isaïe : *"Il m'a envoyé porter la bonne nouvelle aux pauvres"* (cf. Is 61,1).

Cette préférence divine a des conséquences dans la vie de foi de tous les chrétiens, qui sont appelés à avoir *"les mêmes sentiments que Jésus"* (Ph 2,5). *Inspirée par elle, l'Église a fait de l'option pour les pauvres une "forme particulière de primauté dans l'exercice de la charité chrétienne, dont témoigne toute la tradition de l'Église"*. (EG 198)

La préoccupation de Jésus pour les pauvres ne se traduit pas seulement par des gestes et des signes extraordinaires en faveur des pauvres, mais aussi par l'établissement d'une communauté qui vit sobrement, parce qu'elle apprécie la manière d'être, la culture et la foi des petits et des faibles. Il aime et contemple les petits et sans faire acception de personne.

Pour saint Vincent, la vie de sobriété est une nécessité absolue pour la Congrégation de la Mission, consacrée à l'évangélisation des pauvres. Pour encourager ses confrères à la vivre, il leur propose l'exemple de Jésus, de ses apôtres et des premiers chrétiens : *" L'état de missionnaire est un état apostolique qui consiste à tout quitter comme les apôtres, pour suivre Jésus-Christ et devenir de vrais chrétiens "* (cf. SV XI, 163). Saint Vincent voit clairement que la pratique de la sobriété rendra les confrères libres. Détachés de tout, ils seront prêts à aller partout, à affronter avec courage n'importe quelle privation.

Saint Vincent a noté que souvent, dans les Maisons de la Congrégation de la Mission, il y avait une dilapidation des biens qu'il désapprouvait. Il disait en effet que les biens de la Maison appartenaient aux pauvres et que les missionnaires n'étaient que des administrateurs et non des maîtres. La sobriété, pour Vincent de Paul, était une expérience de communion de vie et de biens avec les pauvres, de solidarité avec la situation des indigents, préférant partager les biens et n'utiliser que ceux qui sont strictement nécessaires. Il est clair qu'il n'y a pas de véritable amour sans communion de vie et qu'il n'y a pas de véritable communion si l'on n'accepte pas les limites. En effet, si l'on n'accepte pas de mesures à la possibilité de faire tout ce que l'on veut et de posséder tout ce que l'on désire, il n'est pas possible de connaître la joie de la communion, mais seulement le labour de la compétition, le goût éphémère du dépassement et, en fin de compte, l'angoisse de la solitude. En refusant le sens de la limite, on ne construit pas la communion, mais seulement l'oppression, la destruction des autres et de soi-même.

Le principe de la communion de vie et de la solidarité avec les pauvres, qui justifie le style de vie sobre choisi par les Vincentiens, s'exprime également dans le principe de la destination universelle des biens affirmé dans *Gaudium et Spes* au n. 69 : *"Dieu a destiné la terre et tout ce qu'elle contient à l'usage de tous les hommes et de tous les peuples, et par conséquent les biens créés doivent être partagés également entre tous, selon la règle de la justice, inséparable de la charité. C'est pourquoi, quelles que soient les formes de propriété, adaptées aux institutions légitimes des peuples selon des circonstances différentes et changeantes, il faut toujours tenir compte de cette destination universelle des biens. L'homme, usant de ces biens, doit considérer les choses extérieures qu'il possède légitimement non seulement comme siennes, mais aussi comme communes, en ce sens qu'elles peuvent profiter non seulement à lui, mais aussi à d'autres"*. Ce principe réaffirme non seulement que les biens sont destinés à tous,

mais fixe également une limite au droit de propriété qui consiste à considérer tout comme commun. Par conséquent, la sobriété, qui représente un véritable frein à la culture de la consommation, ne peut être considérée comme une mode passagère ou un style anticonformiste, mais comme une conséquence nécessaire pour toutes les personnes qui entendent vivre authentiquement les valeurs de l'Évangile.

Le Saint-Père François, dans son message aux jeunes du monde entier, à l'occasion des 29^e Journées Mondiales de la Jeunesse, les a exhortés à vivre la valeur de la sobriété afin d'expérimenter la joie à laquelle sont destinés les pauvres en esprit : *"Avant tout, essayez d'être libres à l'égard des choses. Le Seigneur nous appelle à un style de vie évangélique marqué par la sobriété, sans céder à la culture de la consommation. Il s'agit de rechercher l'essentiel, d'apprendre à se dépouiller de tant de choses superflues et inutiles qui nous étouffent. Détachons-nous de la soif de posséder, de l'argent idolâtré et gaspillé. Mettons Jésus à la première place. Il peut nous libérer des idolâtries qui nous asservissent. Ayez confiance en Dieu, chers jeunes ! Il nous connaît, nous aime et ne nous oublie jamais. Comme il pourvoit aux besoins des lys des champs (cf. Mt 6, 28), il ne nous laissera manquer de rien ! Même pour surmonter la crise économique, nous devons être prêts à changer notre style de vie, à éviter les nombreux gaspillages. De même que nous avons besoin du courage du bonheur, nous avons aussi besoin du courage de la sobriété".*

L'éthique de la limitation et la culture de la sobriété deviennent des choix obligatoires pour construire dès aujourd'hui une société plus heureuse. Capable de partager au lieu de consommer. Ouverte à un regard tourné vers Dieu, au lieu d'être toujours narcissiquement centrée sur soi-même. Le bonheur, en effet, ne découle pas de l'avoir ou de la satisfaction du plaisir, selon une vision utilitariste, mais de la possibilité d'apporter sa propre contribution à la construction d'un monde plus humain et plus juste. Vivre sobrement ne rend pas seulement la

communauté dans laquelle nous vivons plus durable socialement, mais encourage également un regard attentif aux besoins des autres, en évitant les attitudes de fermeture et d'égoïsme.

(Texte original en italien, du P. Valerio Di Tripani cm)

Nos fondateurs et la sobriété

La sobriété est devenue un sujet mis en avant de notre actualité, avec la crise environnementale que notre monde traverse. Mais elle ne relève pas d'une seule nouveauté. Cette vertu fait partie d'une longue tradition de sagesse et de spiritualité. St Vincent et ste Louise ont pu l'aborder.

Parlant de la sobriété, nous aurions tendance à ne penser qu'à la consommation. Sans faire l'impasse de cette approche commune, st Vincent et ste Louise nous invitent aussi à soigner la qualité de nos relations et à résister à la tentation d'un savoir débordant.

I. Le boire et le manger

La sobriété est une vertu qui s'applique d'abord sur la consommation de nourriture et de boisson. Les recommandations de st Vincent et ste Louise reviennent régulièrement sur ce sujet.



« Seulement manger pour vivre »

« Les filles de village, mes très chères sœurs, ont une grande sobriété en leur manger. La plupart se contentent souvent de pain et de potage, quoiqu'elles travaillent incessamment et en ouvrages

pénibles. C'est ainsi, mes filles, qu'il faut que vous fassiez, si vous voulez être vraies Filles de la Charité : ne point regarder ce que l'on donne, encore moins si c'est bien apprêté, mais seulement manger pour vivre. Et il faut que celles des villes qui veulent être Filles de la Charité acceptent de vivre ainsi. Elles ne sont pas les seules à vivre de la sorte en quantité d'endroits on mange rarement du pain. Dans le Limousin et en d'autres lieux on vit la plupart du temps de pain fait de châtaignes. Au pays dont je suis, mes chères sœurs, on est nourri d'une petite graine appelée millet, que l'on met cuire dans un pot, à l'heure du repas, elle est versée dans un vaisseau, et ceux de la maison viennent autour prendre leur réfection, et après ils vont à l'ouvrage.

O mes filles, que la sobriété est nécessaire aux Filles de la Charité ! En cela vous connaîtrez que vous en êtes vraiment, si vous conservez bien cette sobriété des filles de village et particulièrement de celles qui ont été, dès le commencement, appelées à servir les pauvres car elles vivaient dans une grande sobriété.

Je ne vous dis pas de manger peu de pain. Oh ! non, mes chères sœurs, saint Bernard dit qu'il faut manger du pain suffisamment ; mais je vous dis que, pour le reste, les Filles de la Charité se doivent contenter de peu. Et Dieu soit béni que déjà il semble que cette pratique soit parmi vous ! Dieu en soit béni ! Conservez-la bien, mes filles si vous voulez avoir l'esprit des vraies filles du village, dans lequel Dieu vous a appelées au service des pauvres malades. Hélas ! mes sœurs, ne pensez pas être plus mal nourries que les personnes du dehors. En quelque temps que ce soit il y en a toujours de bien plus mal nourries que vous, et il faut bien qu'elles travaillent ». (Conférence du 25 janvier 1643, *Imitation des filles des champs* – IX,83-84)

Un motif de la sobriété est d'être comme les pauvres et comme Jésus.

« C'est une nourriture semblable à celle des pauvres »

« Vingt et sixième règle. "Et parce que la sobriété et le bon ordre qu'on garde à prendre la réfection contribue beaucoup à la santé tant de l'âme que du corps, elles feront leur possible pour s'ajuster en cela au règlement qui s'observe en la maison de la supérieure, etc."

C'est-à-dire, mes sœurs, qu'il faut tâcher de vous nourrir de la même manière qu'on se nourrit céans. C'est une nourriture semblable à celle des pauvres. Et pour cela vous devez vous estimer bienheureuses de ce que vous avez des règles qui vous obligent non seulement à servir les pauvres, mais encore à leur ressembler en votre nourriture. Il faut donc vous conformer pour le boire et le manger, à l'usage de céans, tant pour la quantité et qualité, que pour les heures et lieux destinés pour prendre vos repas ; et cela pour obvier à plusieurs abus et inconvénients qui en arriveraient si on faisait autrement. On ne saurait dire, mes sœurs les afflictions qui suivraient l'intempérance au boire et au manger, surtout dans les personnes qui ne se tiendraient pas aux vœux qu'elles ont faits. J'ai tort de parler et de porter exemple de la Compagnie ; mais je vous dirai qu'on n'use point d'autre viande chez nous, pour l'ordinaire, que de bœuf et de mouton ». (Conférence du 9 décembre 1657, *Mortification, correspondance, repas, sorties* – X,405-406)

Derrière cette sobriété, se trouve toute une philosophie et une approche de ce qu'est la vie.

« Mes sœurs, encore en avez-vous plus que Notre-Seigneur lorsqu'il était sur la terre »

« Pour le goût, vous savez comme il le faut mortifier, vivant selon la pauvreté, vous contentant du peu que vous avez, sans en désirer davantage. Hélas ! mes sœurs, encore en avez-vous plus que Notre-

Seigneur lorsqu'il était sur la terre, duquel il est dit qu'il se repaissait de pain, pour vous faire voir que l'on peut vivre sans tant de délicatesse. Il y a des prélats qui vivent si sobrement que cela est admirable. J'en connais un qui ne mange qu'une fois le jour du pain et de l'eau ; un autre encore, qui vit de pain seulement avec des herbes depuis plusieurs années (1). Voyez, mes sœurs, ce que nous devons faire, voyant des personnes de notre temps dans une telle abstinence. Et sainte Geneviève, de quoi vivait-elle, mes sœurs ? De fèves, qu'elle faisait cuire deux fois la semaine, et elle n'a pas laissé de vivre quatre-vingts ans.

Il ferait beau voir, après cela, une Fille de la Charité dire : "Je ne saurais manger de telle chose, pource qu'elle n'est pas bonne pour l'estomac". Elle s'imaginera que, si elle le prend, elle en sera incommodée ; et ainsi on s'accoutume à la délicatesse. C'est en quoi il faut mortifier son goût et manger ce qui nous est présenté, encore qu'on y sente de la répugnance. J'excepte pourtant les choses qui incommodent notablement la santé. Mais, quand il n'y va que d'un peu de dégoût ou d'aversion, oh ! il faut passer par-dessus. Mes sœurs, il faut que vous sachiez qu'il y a une certaine suavité que Dieu répand dans les choses rudes et désagréables d'elles-mêmes, quand elles sont prises pour son amour, qui ne se peut expliquer. Car l'homme ne vit pas seulement de pain, mais de la parole de Dieu. Or, ceux qui vivent délicieusement ne sont pas capables de concevoir cela ; il n'y a que ceux qui se mortifient comme il faut ». (Conférence du 6 janvier 1657, *Sur l'obligation de travailler à sa perfection* – X,247-248)

La sobriété amène jusqu'à ne pas chercher à avoir de rétribution de notre travail.

« Nous avons reçu grâce de Dieu ...
... gardons-nous aussi de rien prendre »

« Etant à la campagne en mission et travaillant à continuer ce que Notre-Seigneur a fait ici-bas sur terre, il semble que la Compagnie fasse quelque chose de contraire à la pratique de la

pauvreté en se nourrissant elle-même et ne vivant pas comme ceux qui ont fait et font profession de pauvreté réelle, et qui reçoivent d'autrui leurs aliments et autres nécessités. Il est vrai que nous ne devons rien recevoir, pas même une pomme, un raisin ; mais la raison, vous la voyez, vous la savez : Quod gratis accepistis, gratis date (Mt 10,8). Nous avons reçu grâce de Dieu pour l'instruction et la conversion des peuples ; cela ne nous a rien coûté, gardons-nous aussi de rien prendre. On a coutume de donner chaque jour l'aumône, on ne prend rien des messes qu'on nous fait dire, on contribue quelque peu à la quête de la confrérie de la Charité. Cela semble contraire au vœu de pauvreté. Or, on doit en mission garder au moins l'esprit de pauvreté ; on en fait profession et on la doit faire paraître en la sobriété et parcimonie dans le vivre et le vêtir et avoir *praeparationem animi* de quitter réellement tout, s'il était expédient ». (Conférence du 14 novembre 1659, *De la pauvreté* – XII,384-385)

Vincent de Paul conseille d'être attentifs aux contre-exemples, et de prendre appui sur les exemples de sobriété pour nous stimuler dans nos résolutions.

« De tremper bien son vin »

« Monsieur Vincent parla avec effusion de l'avantage de la sobriété et de tremper bien son vin ; que c'était sensualité de faire autrement et que la Compagnie avait reçu un grand scandale pour quelque désordre qu'avait causé un missionnaire en s'enivrant ; que cela avait été reconnu tel et que Dieu permettait ces fautes pour nous mettre sur nos gardes et pour nous montrer qu'il y a bien des fautes dans la Compagnie ». (Entretien du 21 mars 1642, *Sur la sobriété et le silence à table* – XI,115)

« Il était fort sobre au manger »

« Que si la nécessité l'obligeait à parler, c'était bas et en peu de mots. Il était fort sobre au manger ; et, quand on servait des fruits

nouveaux ou quelque portion un peu meilleure qu'à l'ordinaire, il n'y touchait pas de sorte que les frères s'entredisaient en tel cas : la portion de Monsieur Brunet demeurera entière ; ce qu'ils ont vu arriver souvent ainsi qu'ils avaient pensé ». (d'Etienne Blatiron à st Vincent, 19 octobre 1649 – III,500)

« Des quatre jours se passent sans qu'ils mangent »

« Et voilà qui est général à tous : ils ne sont point gourmands, ni ivrognes, mais fort sobres ; et on ne croirait pas combien peu ils mangent et à combien peu ils se passent. Ils souffrent souvent gaiement de grandes disettes, sans se plaindre, ni sans mendier. Cela vient de ce qu'ils ne songent point au lendemain et vivent sans souci. Des quatre jours se passent sans qu'ils mangent. Ils cherchent des racines d'arbres et autres, qu'ils mangent. Mais ce qui est merveilleux, c'est que, pendant ce temps de famine, on n'entend que des chants d'allégresse et des danses pendant toute la nuit. Ce qu'ils font comme je pense, pour se divertir de l'ennui et du mal qu'ils sentent, et afin de dormir, après avoir bien lassé leur corps, en une petite case couverte de feuilles et planchetée de bâtons, sur quoi ils couchent ». (De Toussaint Bourdais à st Vincent, 8 février 1655 – V,309)

La sobriété est un élément constitutif de l'être missionnaire. Sans cette disposition intérieure on ne peut atteindre son but.



« La frugalité ... n'est-ce pas une marque que c'est Dieu ? »

« Après cela, Dieu pouvait-il mieux faire que de mettre parmi vous la frugalité qui s'y observe ? Et n'est-ce pas une marque que c'est Dieu ? Si vous aviez été bien nourries, si vous aviez eu des viandes délicates, hélas ! mes filles, la nature, qui recherche les aises, ne se serait guère souciée d'aller secourir les autres ; vous vous seriez mises à fainéanter dans la bonne nourriture ; et puis on ne vous aurait pas voulues ; car, comme vous deviez dépenser peu, pour n'être point à charge aux lieux qui vous demandaient, il fallait

nécessairement être dans cette frugalité de vie, qui vous est une marque tout assurée que votre œuvre est l'ouvrage de Dieu ».
(Conférence du 30 mai 1647, *Sur les règles* – IX,313)

**« La frugalité de leur maison est l'âme et la vie
des Filles de la Charité »**

« De plus, si ce sont filles de bonne maison qui donnent pension honnête, il les faut traiter autrement que vous. C'est avoir l'incommodité de faire deux ordinaires. Si nos sœurs, pour ne pas avoir l'incommodité de mettre deux pots-au-feu, comme elles ne seraient que deux personnes, pensaient à s'accommoder comme leurs pensionnaires, elles se retireraient de la frugalité de leur maison, qui est l'âme et la vie des Filles de la Charité. Oui, mes filles, la frugalité est l'âme de votre Institut. C'est par elle que vous subsistez ; et tant qu'elle sera parmi vous, vous subsisterez Mais, dès que l'on s'en relâchera, que l'on ne se contentera plus de potage, de pain, de fromage, oh ! adieu les Filles de la Charité ! il n'en faudra plus parler. Pour cette raison donc, il est bien expédient et même nécessaire que l'on n'en prenne non plus aux champs qu'à Paris ». (Conseil du 30 octobre 1647 – XIII,652)

« Si ce que l'on vous donne ne vous suffit pas »

« Si ce que l'on vous donne ne vous suffit pas, c'est que vous n'avez pas cet esprit. D'où vient que l'on vous demande en tant d'endroits ? C'est que l'on dit : ce sont des filles qui se contentent de cent livres chacune pour leur nourriture et entretien. On admire cela, et on dit «Voilà des filles qui viennent de Paris et qui se contentent de pain et de fromage», ou quelque chose comme cela.

Et au contraire, si quelques-unes se relâchent de cet esprit de pauvreté, peu à peu ce que l'on vous donne ne suffit pas, comme l'on a vu en quelques-unes, qui étaient bien aises d'aller dîner chez les dames. Ah ! mes sœurs, j'ai toujours estimé que le bonheur de votre Compagnie était la frugalité. Tant que vous serez frugales,

l'on vous donnera la bourse, comme l'on fait ». (Conférence du 3 juillet 1660, *Sur les vertus de Louise de Marillac* – X,714)



« Il faut toujours la sobriété »

« Pour ce que vous me mandez, je trouve bien à propos que ma Sœur Clémence aille demander de l'argent à Monsieur le Curé que pour l'achat de vos petites provisions, si elle vous en prie, vous les ferez comme vous en conviendrez ensemble avant d'acheter. Vous savez l'une et l'autre, mes chères Sœurs, que en quelque lieu que l'on soit, il faut toujours la sobriété tant pour la quantité que pour la grossièreté des viandes, en la manière que vous faites en la maison ». (*Ecrits spirituels*, L. 529 p. 553, *A mes très chères Sœurs Marie et Clémence*, 5 juillet 1657)



« Ce sont les grands maux qui arrivent du contraire »

« Le sujet de cette conférence est sur la sobriété que nous devons pratiquer tant au boire qu'au manger, les raisons qui nous y doivent porter et les moyens dont la Compagnie se doit servir pour éviter d'y tomber. Nous ne parlerons pour le présent que de la sobriété que nous devons avoir au boire à l'égard du vin ; nous nous contenterons de ce point-là pour le présent, comme étant le pas le plus dangereux.

Or, mes frères, une raison laquelle nous doit porter à pratiquer très soigneusement cette vertu de sobriété, ce sont les grands maux qui arrivent du contraire, c'est-à-dire de l'intempérance au boire, car quels maux n'arrive-t-il point de là ! Hélas ! vous le savez. Une personne qui vient à boire, et à boire du vin au-delà de ce qui est nécessaire, tombe dans un état de bête, voire même pire que bête et passe-bête. Il n'y a point de vice que ne soient capables de commettre de telles gens ; et de plus, c'est que ce vice de l'ivrognerie n'est jamais seul, ou rarement, mais est toujours suivi de quelque autre plus grand, notamment de cet abominable et

horrible vice de la chair, qu'il commet ou sur lui-même ou sur autrui ». (Conférence du 23/08/1658, *Sur la sobriété* – XII,42)

II. Le relationnel

Ste Louise invite à être vigilant sur les qualités relationnelles pour en rester à l'essentiel, notamment en ne se laissant pas envahir par des paroles inutiles et par la tentation du paraître. La sobriété favorise une relation ajustée et équilibrée.



« Que l'on ne connaisse pas parmi vous quelles sont les plus anciennes »

« A vous toutes, mes chères Sœurs, voilà un notable secours que nous vous envoyons. Je vous prie que l'on ne connaisse pas parmi vous quelles sont les plus anciennes dans la maison, si ce n'est donnant grand exemple de vertu surtout de retenue en vos paroles ; ne parlez jamais de leurs humeurs et regardez toujours N.-S. dans ma Sœur (Madeleine) et la volonté de Dieu, et me croyez en son saint amour ». (*Ecrits spirituels* L. 125 bis p.117, *Aux Sœurs d'Angers*, 9 septembre 1644)

« Qu'il ne faut pas que la consolation qu'elles en ressentent empêche la retenue et grande modestie »

« Je pense aussi, Monsieur, qu'il sera bon les avertir que, dans les occasions de parler à quelques-uns de la maison qu'il ne faut pas que la consolation qu'elles en ressentent empêche la retenue et grande modestie. J'ai remarqué en d'autres qu'elles ont beaucoup manqué en ces rencontres et que cela est de très grande importance ». (*Ecrits spirituels* L. 145 p.155, *A Monsieur Portail*, 30 juillet 1646)

« Vous ne faites pas contre vos saintes coutumes »

« Je crois que vous conservez toujours la même modestie et retenue que vous avez eues à Paris, et qu'encore que vous soyez en un lieu où le monde est bien aise d'être accueilli, et voudrait bien être visité, que vous ne faites pas contre vos saintes coutumes. Soyez aussi bien respectueuses à Messieurs les Ecclésiastiques, et retenues dans votre modestie avec tous les hommes de quelque condition qu'ils soient ». (*Ecrits spirituels* L. 300 p.345, *A ma Sœur Charlotte et ma Sœur Françoise*, 17 mars 1651)

La sobriété est une pratique vertueuse qui structure toute une manière d'être.



« Comment ils faisaient pour se conserver dans une si grande pureté »

« Nous célébrons demain la fête d'un grand saint, saint Ignace, qui a possédé excellemment cette vertu et qui l'a transmise dans cette grande et sainte Compagnie qu'il a instituée. Au commencement de cette Compagnie, chacun voyait avec admiration les jeunes gens vivre parmi eux avec une grande pureté, quoique continuellement dans les occasions. On demandait un jour à un de leurs Pères comment ils faisaient pour se conserver dans une si grande pureté ; il répondit qu'ils portaient sur eux quelque chose qui les préservait : la sobriété et la garde des sens extérieurs. Plaise à la bonté de Dieu nous donner participation à cet esprit qu'il a répandu si abondamment sur cette sainte Compagnie ! Tâchons de l'imiter en cela, sobriété, garde des sens, et de prendre les autres moyens qui ont été dits pour nous conserver dans une grande pureté ». (Conférence du 30 juillet 1655, *Sur la chasteté* –XI,209)

La sobriété a des conséquences jusque dans le porte-monnaie !

« Ce que vous mettez en réserve par votre frugalité de vie et de votre travail manuel »

« Notre très honoré Père continua la lecture jusques à l'article qui porte que les sœurs entretenues à la maison y seront nourries du peu de revenu de ladite maison et du travail et de l'épargne des sœurs, puis il dit :

Mes filles, voilà qui est beau : de vos épargnes, c'est-à-dire de ce que vous mettez en réserve par votre frugalité de vie et de votre travail manuel, voyez-vous, travail manuel, cela s'entend de ce que vous faites hors les heures où vous êtes employées pour les malades. Dans les temps que vous avez de reste, vous gagnez de quoi contribuer à en instruire d'autres, qui feront après, le même bien que vous. Oh ! que Dieu vous bénisse, mes filles, et vous donne abondance de grâces ! ». (Conférence du 30 mai 1647, *Sur les règles* – IX,325)

Ste Louise complète ces attentions sur nos modes de fonctionnement.



« Que l'on ne parle point haut à la cuisine »

« Elle aura soin surtout d'apprêter le manger fort proprement et le mieux qu'elle pourra, afin que son soin pour cela tienne lieu des meilleurs morceaux qui se mangent dans les autres Communautés.

Elle sera exacte à tenir tout prêt pour le dîner à onze heures et demie, et pour le souper précisément à six heures, prenant garde que l'on ne parle point haut à la cuisine, ni que l'on n'y fasse point de bruit, crainte que nos Sœurs soient interrompues de la lecture qu'elle essaiera d'entendre elle-même.

La Sœur Cuisinière en chef étant aussi dépensière, aura pareil égard à donner le nécessaire aux Sœurs que à l'épargne du superflu, la Charité requérant l'un, et la vertu de pauvreté

recommandant l'autre ». (*Ecrits spirituels* A. 92 p.798, *Sur les offices de la Maison Principale*)

« Qu'elles le paient pour n'être point à charge »

« Si elles sont contraintes d'être longtemps hors de leur Maison pour le service du prochain selon leurs obligations, elles prendront quelques petites provisions pour si elles avaient besoin de nourriture, pour n'être point obligées d'en prendre ailleurs ; que si par surprise ou oubliance il se trouvait nécessité de prendre quelque chose sur de pauvres gens, qu'elles le paient pour n'être point à charge, faisant paraître sa nécessité pour n'être point accusée de friandise ». (*Ecrits spirituels* A. 90 p.738, *Observations sur les règles - Sœurs employées aux villages*)

« Elles travailleront pour gagner le reste »

« Pour ce qui est de leur dépense, comme elles sont nourries à ne pas en faire de grande, je crois que si peu que l'on pourra donner à l'une aidera à vivre à l'autre, et elles travailleront pour gagner le reste. Car encore qu'elle eût beaucoup de travail et de malades à Saint-Germain, elle ne laissait pas de blanchir pour autrui et gagnait quelque chose ». (*Ecrits spirituels* L.36 bis p.49, *A Monsieur Vincent*, 9 février 1641)

III. Le savoir

Dans le domaine du savoir, la sobriété vise à éviter la tentation de se mettre en avant, au lieu de laisser le Seigneur maître de tout.



« Il faut étudier, mais sobrement »

« O Sauveur ! ô, mon Dieu ! cela nous doit épouvanter. Nous courons après la science comme si tout notre bonheur en dépendait. Malheur à nous si nous n'en avons ! Il en faut avoir, mais en suffisance, il faut étudier, mais sobrement. D'autres affectent l'intelligence des affaires, de passer pour gens de mise et de négociation au dehors. C'est à ceux-là que Dieu ôte la pénétration des vérités chrétiennes aux savants et aux entendus du monde. A qui la donne-t-il donc ? Au simple peuple, aux bonnes gens. Nous voyons cela vérifié dans la différence qu'on remarque en la foi des paysans et la nôtre. Ce qui me reste de l'expérience que j'en ai est le jugement que j'ai toujours fait que la vraie religion, Messieurs, la vraie religion est parmi les pauvres. Dieu les enrichit d'une foi vive ; ils croient, ils touchent, ils goûtent les paroles de vie. Vous ne les voyez jamais, en leurs maladies, afflictions et disettes, s'emporter d'impatience, murmurer et se plaindre ; point du tout ou rarement ». (Conférence du 14 mars 1659, *De la simplicité et de la prudence* – XII,170-171)

« La vertu a toujours deux vices à ses côtés »

« Le désir d'apprendre est bon, pourvu qu'il soit modéré. La vertu a toujours deux vices à ses côtés, et cette affection de savoir peut être vicieuse ou par le défaut ou par l'excès. La vôtre, grâce à Dieu, ne l'est pas en la première façon ; et afin qu'elle ne le soit pas en la seconde, souvenez-vous de l'avis de saint Paul, qui nous recommande d'être sobres en la science. La médiocrité suffit, et celle que l'on veut avoir au-delà est plutôt à craindre qu'à souhaiter par les ouvriers de l'Evangile, parce qu'elle est dangereuse : elle enfle, elle porte à paraître, à s'en faire accroire et enfin à éviter les actions humbles, simples et familières, qui pourtant sont les plus utiles. C'est pourquoi Notre-Seigneur prit des disciples qui n'étaient pas capables d'en faire d'autres ». (A Gaspard Stelle, prêtre de la Mission à Gênes, De Paris, ce 18 juillet 1659 – VIII,32-33)

« Imitant en cela Notre-Seigneur »

« Il faut que la Compagnie se donne à Dieu pour expliquer des comparaisons familières les vérités de l'Évangile, lorsqu'on travaille dans les missions. Etudions-nous pour façonner notre esprit à cette méthode, imitant en cela Notre-Seigneur, lequel, comme dit le saint évangéliste, sine paraboles non loquebatur ad eos. N'employons que sobrement dans les prédications les passages des auteurs profanes ; encore faut-il que ce ne soit que pour servir de marchepied à la Sainte Ecriture ». (Extrait d'entretien, *Sur la simplicité dans la prédication* – XI,50)

« Prétendre surpasser les autres ... cela détruit l'amitié »

« S'il plaît à la bonté de Dieu nous faire la miséricorde que nous nous entr'aimions, nous n'aurons garde de nous élever et de prétendre surpasser les autres, car cela détruit l'amitié, introduit l'envie et engendre les aversions. Si jusqu'à présent nous avons entrepris d'exceller, au nom de Dieu, mes frères, que cela ne nous arrive plus ! Si je puis aller bien haut en mes pénétrations et en mes discours, je n'irai qu'à la moitié ; si je puis porter une action à un degré extraordinaire, ou faire paraître ma science ou mon industrie par-dessus le commun, à bas tout cela ! Notre-Seigneur n'a pas agi de la sorte ; il s'est accommodé, tout puissant qu'il était, à la portée des faibles. Si j'ai deux conceptions, l'une belle et subtile, et l'autre plus basse et moins apparente, je prendrai celle-ci et renoncerai à la première. Ajustons-nous à la médiocrité ; que le savant paraisse savoir sobrement et que le fort qui travaille travaille humblement ; car tout ce qu'on dit et qu'on fait à l'égard du pauvre peuple en esprit relevé est vain et inutile ; cela passe par-dessus sa tête, le vent l'emporte par-dessus les maisons, et ce que faisait la chemise de César pleine de sang avec les hauts cris de ceux qui la portaient, c'est ce que font les prédicateurs qui étalent des matières nouvelles, curieuses et étranges, avec des tons de voix graves ou lamentables. Et que font-ils ? Ils émeuvent un peu les sentiments de la nature,

mais ils ne donnent pas la vie aux morts, ni les lumières de l'Évangile au peuple ignorant. J'avoue qu'il y a quelqu'un parmi nous qui crie et tempête, et d'un langage enflé semble vouloir mettre l'étonnement dans son auditoire, au lieu de le porter amiablement à la connaissance de Dieu et de son devoir ; on dit qu'il fait ce qu'il peut pour s'en corriger ; s'il le fait, il aura sujet d'espérer que Dieu le bénira ». (Conférence du 23 mai 1659, *De l'uniformité* – XII,255)

« N'en plus parler ... que fort sobrement »

« Quant à ce que vous dites que M. Codoing s'attache fort à donner de l'intelligence du 6^e commandement, je vous supplie, Monsieur, de lui dire que je le prie très humblement de n'en plus parler, à Richelieu ni ailleurs, que fort sobrement pour quelques raisons que je lui dirai, qui sont d'importance très grande ». (*A Lambert aux Couteaux*, 15 mars 1638 – I,463)

« Seulement savoir les choses qui nous conviennent »

« Il ajouta ensuite quelques moyens d'étudier comme il faut :

1° C'est d'étudier sobrement, voulant seulement savoir les choses qui nous conviennent selon notre condition.

2° Etudier humblement, c'est-à-dire ne pas désirer que l'on sache, ni que l'on dise que nous sommes savants ; ne vouloir pas emporter le dessus, mais céder à tout le monde ». (Répétition d'oraison d'octobre 1643, *Sur l'étude* – XI,127)

Témoignages

- ✓ *S. Elise-Mariette Langelier, ocsa*
Abbaye Notre Dame de Bonne Espérance, Echourgnac

Les questions de pauvreté, de sobriété, de simplicité et d'austérité sont au cœur de la spiritualité cistercienne.

Deux pans doivent être tenus ensemble : la dimension matérielle et la dimension spirituelle. Les constitutions de l'ordre nous invitent à rechercher « une relation simple avec le Dieu simple » en adoptant une façon de vivre « simple et frugale »

Lorsque nos pères fondateurs au XIIe siècle appellent à suivre le Christ pauvre, ils veulent traduire ce principe dans tous les domaines de leur vie. Nos constitutions poursuivent ce mouvement en demandant une simplicité dans les bâtiments, le mobilier, la nourriture, le vêtement et jusque dans la célébration liturgique. La sobriété n'est jamais acquise une fois pour toutes, elle demande une attention constante. Il n'est en effet pas possible de reléguer celle-ci au seul plan de la consommation de biens matériels, sauf à l'appauvrir. Cette attention à la totalité de la vie est une exigence très marquée dès le XIIe siècle. Elle ne cesse de nous interpeller.

Ainsi la sobriété n'est pas seulement une question d'économies d'échelle. Elle renvoie à ce qui, dans notre tradition spirituelle, était généralement traduit en termes de frugalité ou de simplicité. Les monastères se situant dans leur immense majorité en pleine campagne l'attention à l'environnement, le rapport à la terre font partie de la sobriété dans le mode de vie. L'accent mis au XIXe et au début du XXe siècles sur les activités de type industriel (brasserie, fromagerie, chocolaterie...) a progressivement distendu ce lien à la terre qui avait pourtant marqué nos origines. De plus en plus de communautés y reviennent, inspirées par de jeunes générations qui aspirent à ce rapport plus étroit avec la nature. C'est notre cas à Echourgnac : depuis une dizaine d'années, un tournant en permaculture a permis le développement d'activités autour du potager, du verger, de la forêt qui nous assoient davantage dans notre environnement, nous rendent plus attentives au rythme de la nature, à l'humilité devant ce que la Création nous offre, et nous poussent progressivement à revoir nos modes de consommation. Accepter ce que la terre a à offrir est une école de sobriété. Cela nous rend plus attentives à ce que vivent nos voisins agriculteurs, en nous poussant à favoriser les circuits courts, quitte à renoncer à certains aliments venus de trop loin. Cela nous rend enfin attentives à ce que vivent les cultivateurs lointains, pour les produits que nous ne pouvons pas substituer (café, chocolat, thé par exemple). La sobriété de notre mode de vie ne doit pas être une excuse pour

contribuer à leur exploitation et à la destruction de leurs ressources naturelles. La sobriété n'est pas une recherche à tout va d'économies de coût : elle implique une certaine équité elle nous invite aussi à faire en sorte qu'en tout Dieu soit glorifié, y compris lorsque nous fixons les prix de ce que nous vendons. Aujourd'hui, nous y voyons une invitation, à contre-courant de la société, à être attentives, à ce que Dieu soit glorifié aussi dans les prix de ce que nous achetons.

La sobriété passe par la mesure, à tous les niveaux. Cela suppose des renoncements, des choix, avec une perspective cardinale : « ne rien préférer à l'amour du Christ ! »

✓ *Sr Claire Parnière, Fdlc*
Le Berceau de st Vincent de Paul

Depuis quelques années, l'ensemble scolaire Vincent de Paul est labellisé Eco-Ecole, programme international d'Éducation au développement durable développé, en France, par l'office français de la Fondation pour l'Éducation à l'Environnement en Europe. L'établissement a donc mis en place un éco-conseil avec des éco-délégués représentant les différentes classes et sensibles à ces questions.

Cette année, les éco-délégués avaient choisi le thème de la solidarité. Nous avons donc essayé de mettre en œuvre des projets communs permettant de mettre en mouvement les différents acteurs de l'établissement.

Concrètement, nous avons mis en place 3 projets au profit des Filles de la Charité d'Haïti. Nous avons choisi de soutenir la communauté de Meyer qui avait besoin de financer des médicaments et du lait pour des enfants.

- Un bol de riz
- Une demi-journée sportive parrainée : chaque jeune devait trouver au moins un parrain qui acceptait de lui donner 2€ pour participer à cet événement
- La mise en place d'une boutique éco-solidaire : les jeunes et les adultes qui le souhaitaient pouvaient apporter des vêtements ou des accessoires qui n'utilisaient plus mais qui étaient encore en bon état pour que l'on puisse les mettre en vente. Ensuite les jeunes et les adultes pouvaient venir acheter à la boutique éphémère.

Les jeunes ont bien participé. Ils ont pris conscience de ce que chacun pouvait participer à une action de solidarité et y allier des gestes écologiques qui invitent à la sobriété : éviter le gâchis, inviter d'autres à les soutenir dans leurs projets solidaires, participer au recyclage des vêtements ...

POUR PROLONGER, PERSONNELLEMENT ET EN EQUIPE ...

- 1) La sobriété est une posture, une attitude morale, une façon d'être en relation avec le monde, avec les autres et avec Dieu qui se traduit dans nos multiples façons d'être, de faire et même de dire.

Qu'est ce qui me paraît aujourd'hui superflu dans mes choix de consommation ? Qu'est- ce que je peux changer dans mes habitudes de consommation pour renouveler mon rapport à la nature, aux autres et à Dieu, pour créer du partage, des liens ? Comment revisiter mon quotidien, dans une démarche d'utilisation sobre de toute chose ?

- 2) L'humanité ne peut plus ignorer la finitude de la planète. Sur une terre limitée, nul ne devrait désormais se permettre de gaspiller les ressources devenues rares. Sobriété, solidarité : deux pans essentiels de l'Évangile.

Comment relever ce défi de la sobriété, dans un objectif de solidarité personnellement, communautairement, collectivement ? Comment faire de mes changements de mode de vie un chemin de conversion, en m'appuyant sur l'Évangile, en confiant à Dieu mes engagements ?

- 3) On nous demande d'être sobres dans une société qui est tout entière organisée autour de l'abondance, et de la surabondance.

Cette injonction peut paraître contradictoire, voire paradoxale :

Comment atteindre quand même la sobriété dans nos sociétés dites « de consommation » ? Quel type d'espaces et de groupes puis-je rejoindre autour de moi pour faire évoluer mon mode de consommation avec d'autres (associations de consommateurs, groupe paroissial, groupe ou réseau social etc.)

Bibliographie

- Arnaud Brulaire : *Tous consom'acteurs* (Janvier 2020, Editions Rustica)
- Pape François, *Loué sois-tu* (Juin 2015, Editions Le Cerf)
- Serge Latouche, *Vers une société d'abondance frugale* (Avril 2011, Edition 1001 nuits)
- Pierre Rabhi, *La puissance de la modération* (octobre 2015, Editions Hozhoni)
- Pierre Rabhi, *Vers la sobriété heureuse* (Mai 2016, Editions Thélème)

Filmographie

- Cyril Dion, *Demain* (Documentaire, 2015)