

RÈGLES DE SAINT GENNADE, PATRIARCHE DE CONSTANTINOPLE,  
SUR LA FOI ET LA VIE CHRÉTIENNES

La foi orthodoxe est le fondement des bonnes œuvres. C'est pourquoi la parole naît de la foi.

Chapitre 1. Croire au Père, au Fils et au saint Esprit, la Trinité indivisible et unifiée, une seule divinité : au Père incréé, au Fils engendré, non créé; au saint Esprit, ni engendré ni créé, mais procédant; à la Trinité, ayant une seule volonté, une seule gloire, un seul honneur, recevant une seule adoration de toute la création, des anges et des hommes, éternelle et infinie, demeurant à jamais.

2. Croire au Fils de Dieu, véritablement et essentiellement incarné, et non pas une simple image, unissant en lui deux natures : la divinité et l'humanité, Dieu parfait selon sa divinité, et homme parfait selon son incarnation.

3. Appeler la Mère qui lui a donné naissance l'Enfantrice de Dieu. Elle est Vierge et Mère; croyez qu'Elle a donné naissance au Christ et l'a nourri de son lait. Elle est Vierge de telle sorte qu'elle l'a toujours été et le demeure après sa naissance.

4. Vénérez la Croix du Christ avec foi : car sur elle le Seigneur a accompli le salut de tous les hommes.

5. Honorez avec foi l'icône du Christ et de sa Mère très Pure et tous ses saints : comme si vous leur parliez avec amour en prière.

6. Priez tous les saints qui ont plu à Dieu comme aides et intercesseurs pour ceux qui viennent à eux : car ils ont reçu l'assurance devant Dieu, comme serviteurs agréables à leur Maître.

7. Embrassez les reliques des saints avec foi et honorez-les comme il se doit : car ils ont souffert pour le Christ.

8. Croyez aux mystères de Dieu, au Corps et au Sang du Christ, et communiez-y avec crainte, afin de participer à son royaume des cieux.

9. Rejetez l'incrédulité et ne demandez pas : «Comment le pain peut-il être corps et le vin sang ?» Mais écoutez ce qui est dit : «Pour les hommes, tout est impossible, mais pour Dieu, tout est possible» (Mt 19,26).

10. Croyez à la résurrection des morts et à la vie éternelle, selon la parole infaillible du Seigneur, que vous entendez dans les Évangiles.

11. Souvenez-vous du jugement, préparez-vous à répondre de vos actes et attendez-vous à être rétribués selon vos œuvres. Croyez que cela arrivera, et cela arrivera certainement.

12. Ensuite, «Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de toute ton âme et de toute ta force» (Mt 22,37). Orientez toutes vos actions et vos habitudes vers sa gloire.

13. Aimez aussi votre prochain (Mc 12,31), avec qui vous êtes nés de nouveau, c'est-à-dire tout chrétien, ou mieux encore, tout frère. Car le Seigneur a dit : «Je monte vers mon Père et votre Père» (Jn 20,17).

14. Ayez toujours la crainte de Dieu dans votre cœur et souvenez-vous qu'il est avec vous partout, en tout lieu, que vous marchiez ou que vous soyez assis.

15. Maîtrisez votre esprit par la crainte de Dieu, comme par un mors. Examinez-vous à chaque instant. En agissant sans vous soucier de vous-même, vous risquez de devenir vaniteux.

## Gennade II Scholarius, patriarche de Constantinople

16. Inclinez la tête devant tous ceux qui vous sont plus âgés et plus sages. «Le Seigneur élève les humbles» (Ps 146,6).
17. Saluez vos amis et vos semblables avec amour; embrassez-les et donnez-leur des baisers, comme Élisabeth le fit avec Marie.
18. Accueillez avec amour et miséricorde ceux qui vous sont inférieurs et plus jeunes; et soupirez vers Dieu pour eux, comme pour ceux qui découvrent Dieu.
19. Craignez le roi de tout votre cœur. Cette crainte ne vous nuira pas, mais elle vous apprendra à mieux craindre Dieu (Rom 13,1-2).
20. Le mépris de l'autorité est le mépris de Dieu lui-même, qui règne sur l'autorité terrestre. Car comment celui qui craint le souverain visible peut-il craindre le Dieu invisible ?
21. Le disciple craint le bâton du maître, mais plus encore le maître lui-même. Ainsi, celui qui craint Dieu craindra le Roi, par qui les coupables sont punis. Le roi est le serviteur de Dieu envers les hommes, tant dans sa miséricorde que dans sa discipline (Rom 13,4).
22. Par humilité, inclinez la tête devant tout riche. Il est comme un arbre aux multiples branches; en vous inclinant, vous passerez mieux.
23. Celui qui a reçu le pouvoir de son roi exige le respect de ses pairs et l'obéissance de ses inférieurs.
24. Recherchez la simplicité en toutes choses, tant pour la nourriture que pour les vêtements (Mt 6,25). N'ayez pas honte de la pauvreté, car la plupart des gens dans ce monde vivent dans la pauvreté.
25. Ne dites pas : «Je suis fils de riche; j'ai honte d'être pauvre.» Il n'y a personne de plus riche au monde que le Christ, votre Père céleste, qui vous a engendré dans les fonts baptismaux; pourtant, lui aussi a connu la pauvreté et «n'avait pas où reposer sa tête» (Mt 8,20).
26. Revêtez-vous de justice. Efforcez-vous de dire la vérité à tous, et n'ayez pas honte de votre visage, ni ne devenez témoin d'un mensonge (Mc 8,38).
27. Surtout, craignez de mentir devant le roi : «Car l'Éternel fera périr ceux qui profèrent des mensonges» (Ps 5,7); mais répondez-lui avec humilité et vérité, comme si vous étiez Dieu lui-même.
28. S'il vous dit parfois un mensonge, alors que vous connaissez la vérité, soyez attentif à la question de savoir s'il vous met à l'épreuve et si vous veillez sur votre âme. Si vous manquez à votre parole, vous ne pourrez gagner sa confiance et croire que vous veillerez sur lui comme un sujet loyal.
29. Si, en disant la vérité, vous vous attirez la colère de quelqu'un, ne vous affligez pas, mais consolez-vous plutôt avec ces paroles du Seigneur : «Heureux ceux qui sont persécutés pour la justice, car le royaume des cieux est à eux» (Mt 5,10).
30. Soyez doux envers tous (Pro 15,1-4), envers ceux qui sont plus élevés que vous et envers ceux qui sont plus faibles que vous. Car ce serait de l'hypocrisie que d'être évasif devant ceux qui sont supérieurs et d'insulter ceux qui sont inférieurs.
31. Une démarche douce, une posture assise douce, un regard doux, une parole douce – que la douceur soit en vous. Ainsi, vous montrerez que vous êtes un vrai chrétien.
32. L'humilité consiste à ne blesser personne par la parole, l'action ou l'ordre, mais à adoucir le cœur de chacun par votre comportement.

33. Détournez constamment votre esprit des pensées vaines et élevez vos pensées vers Dieu. Par là, vous entrez sur le chemin de l'ascèse et libérez votre âme de toute faiblesse.
34. Il n'est pas surprenant que la nature humaine s'abaisse aux choses terrestres; ce qui est surprenant, c'est qu'une fois tombée, elle refuse de se relever. Celui qui s'est égaré ne cherche-t-il pas à retrouver son chemin ? Il en est de même pour vous : si aujourd'hui le désespoir vous accable, consacrez demain à l'ascèse.
35. Ne recherchez pas la gloire terrestre dans aucune entreprise (Pro 25,27) : car la gloire terrestre s'évanouit pour celui qui l'aime. Un temps, comme un vent violent, elle souffle sur l'homme; et après lui avoir pris le fruit de ses bonnes actions, elle s'en va, se moquant de sa folie.
36. Tandis que les bénédictions éternelles, dons du Dieu infiniment bon, approchent, il est insensé de ne pas les attendre avec patience et foi, mais de ne trouver de réconfort que dans les choses terrestres et de s'y attacher, comme si nous ne croyions pas à la résurrection.
37. Si la gloire de ce monde était proche de la gloire du ciel, les enfants de ce monde n'auraient pas crucifié le Seigneur de gloire. Quel serviteur vivra sans crainte dans une maison où son maître n'est pas reçu ?
38. Aimez supporter avec magnanimité le déshonneur immérité (II Cor 6,4-8); acceptez-le comme une coupe d'absinthe. Même si cela peut vous paraître étrange, cela contribuera à chasser le mal du péché. Le péché entre comme plaisir, mais est chassé par l'amertume.
39. Celui qui désire les joies éternelles goûte peu aux joies terrestres, pensant toujours à son départ de cette vie. L'opprobre des hommes ne l'atteint pas : car le Seigneur, lorsqu'il est venu au monde, a subi l'opprobre de la part de son propre serviteur (Mc 8,31).
40. Celui qui désire être glorifié en ce monde ne supporte pas l'opprobre; mais celui qui demeure ferme dans la foi n'aime pas être glorifié, méditant sur les paroles du Seigneur : «Comment celui qui reçoit la gloire des hommes peut-il croire, mais ne cherche pas la gloire du Fils unique ?» (Jn 5,44).
41. Aimez la faim et la soif pour l'amour du Christ. En disciplinant votre corps, vous faites du bien à votre âme. Car Celui qui juge les actes, les paroles et les pensées récompensera même le peu que nous endurons avec joie pour Lui.
42. Si vous voulez vous réjouir avec ceux qui sont tombés martyrs pour le Christ, alors offrez votre corps au jeûne, soumettez votre volonté à la volonté de Dieu, affligez votre ventre, fortifiez votre cœur, versez votre sang – sinon extérieurement, du moins intérieurement; c'est-à-dire, asséchez-vous par une nourriture sèche, afin de recevoir les bénédictions promises (Pro 16,3-6).
43. Vous savez que celui qui invite le roi dans son palais purifie son propre palais. De même, si vous voulez accueillir le Roi céleste dans votre demeure, pour l'illumination de votre âme : purifiez votre corps par le jeûne, assoiffez-vous, ornez votre âme d'humilité et emplissez-la de prières ferventes (Jn 14,23).
44. N'abandonnez pas la prière (My 7,7), car elle est une nourriture spirituelle. De même que le corps, privé de nourriture, s'affaiblit, l'âme, privée de la nourriture spirituelle de la prière, s'affaiblit et s'éteint.
45. Une bougie éclaire une maison : de même la contemplation dans la prière éclaire notre être intérieur. Tout comme la lumière d'une bougie est pure lorsqu'elle est pure, la prière est lumineuse lorsqu'elle est pure de toute pensée terrestre.
46. Protégez votre bougie du vent et votre prière de la paresse. Ornez-la, comme une épouse, de vigilance, de labeur et de patience, afin qu'elle plaise au Roi des cieux.
47. Remettez votre volonté entre les mains de Dieu, qui connaît toutes choses avant même la naissance de l'homme. Ne demandez pas que tout se fasse selon votre volonté, car nul ne sait ce

## Gennade II Scholarius, patriarche de Constantinople

qui est bon pour lui-même. Mais dites à Dieu : «Que ta volonté soit faite !» (Luc 22,42). Car il fait concourir toutes choses à notre bien, choses que nous, hommes charnels, ne comprenons pas.

48. Lamente-toi comme le publicain; fuis comme le fils prodigue; aie pitié comme Achab; pleure comme la prostituée; crie comme le Cananéen; tiens bon comme la veuve; prie comme Ézéchias; humilie-toi comme Manassé (Luc 18,3-5,13; 15,21; 7,37-38 ; I R 21,27-29; Mt 15,22; Is 38,2-6; II Chr33,12-13) : si tu pries ainsi, le Seigneur, infiniment bon, exaucera ta prière, comme une mère exauce son enfant.

49. Trouve un lieu secret, assieds-toi en silence, souviens-toi de tes péchés et de ton exclusion du royaume des cieux, et sois plein de compassion, et, en inclinant la tête, dis en gémissant : Malheur à moi, car mon séjour se prolonge ! «Qui donnera de l'eau à ma tête, et une source de larmes à mes yeux ?» (Jér 9,1) – Malheur à moi ! «Car le jour du Seigneur est proche !» (Joël 2,1)

50. N'as-tu point de larmes ? – Ne désespère pas, mais soupire souvent et profondément de tout ton cœur. Les larmes sont un don de Dieu; peu à peu, par des soupirs et du repentir, tu les lui demanderas. Car il est écrit : «Celui qui cherche trouvera, celui qui demande recevra, et à celui qui frappe, on ouvrira» (Luc 11,10).

51. Ayant reçu des larmes, garde-les précieusement : «Gardez-vous de la gourmandise et de l'ivrognerie, et surtout de toute critique» (Luc 21,34). Prenez garde à vos propres œuvres, mais ne jugez pas l'homme que Dieu a créé.

52. Si vous voyez quelqu'un pécher, ne vous fiez pas à vos yeux, car eux aussi sont infidèles (Mt 7,3). Au paradis, les yeux furent les premiers à être scandalisés, et notre chute est venue de ce regard.

53. Il convient à une personne sans péché de juger les péchés; mais qui est sans péché, sinon Dieu seul (Luc 5,21-24) ? Lui seul est incommensurable, et il convient à Lui seul de juger ceux qui sont soumis à la mesure.

54. Celui qui a un ulcère purulent au côté ne méprisera pas l'impureté d'autrui. Celui qui médite constamment sur la multitude de ses propres péchés ne voudra jamais aborder les tentations d'autrui.

55. Juger celui qui a été tenté est un signe d'orgueil et de vanité; «Dieu résiste aux orgueilleux» (Jac 4,6). Au contraire, celui qui se prépare constamment à rendre compte de ses fautes ne lèvera pas facilement la tête pour considérer les obstacles qui font trébucher les autres.

56. Ne sois pas orgueilleux, de peur que la tombe ne se glorifie de ton orgueil. Le pauvre reposera à midi sur ta tombe, et n'en subira aucun mal.

57. Le ver est vil et méprisable, mais tu es glorieux et orgueilleux. Mais si tu es sage, alors humilie ton orgueil, sachant que ta force et ta puissance ne seront que nourriture pour les vers !

58. Souviens-toi des anciens, distingués par leur courage, leur richesse, leur puissance et leur gloire, qui sont maintenant tombés dans l'obscurité et sont oubliés. Au contraire, les humbles et les pauvres de ce monde, mais qui ont pris soin de leur âme, sont glorifiés au ciel, et sur la terre sont loués et implorés pour leur aide.

59. Quand tu vois un mort qu'on emporte, aie pitié de lui comme de ta propre nature, et accompagne-le jusqu'à la tombe. Tu recevras deux bienfaits de sa mort : tu te souviendras de ta propre fin et tu seras humble. Aie pitié de son corps et dépose-le dans la tombe; et toi-même, tu obtiendras miséricorde.

60. «Visite les malades» (Mt 25,36) et apporte-leur ce qu'ils désirent manger; sers-les toi-même comme un proche, sachant que tu souffriras toi aussi.

## Gennade II Scholarius, patriarche de Constantinople

61. Quand quelqu'un gémit cruellement à cause de la maladie, verse des larmes de compassion avec lui (Rom 12,15) et implore Dieu pour sa souffrance. Si un médecin est présent, donne-lui un pourboire pour avoir soigné le malade.
62. Si le malade meurt, ferme-lui les yeux de tes mains, ferme-lui la bouche et lave-le de tes mains; prie Dieu pour son âme de tout ton cœur. S'il est pauvre, efforce-toi de l'enterrer dignement.
63. Visiter les mourants favorise grandement le repentir et les larmes. Qui ne serait pas ému de tendresse en contemplant la nature avec foi. Une fois les portes de l'église franchies, imaginez-vous traverser les portes du ciel et, durant toute la célébration, demeurez emplis de respect et de crainte révérencielle. Contemplez avec foi ce qui se déroule, de tout votre être : ainsi, vous aussi, passerez des pensées terrestres aux pensées célestes.
84. Lorsque vous voyez les offrandes précieuses et sanctifiées présentées à Dieu en sacrifice pour tous, levez les mains vers le ciel et, dans un esprit de gratitude, criez avec foi : Gloire à ta miséricorde, Sauveur du monde entier, Christ notre Dieu !
85. Méditez sans cesse sur vos péchés fréquents et sur l'amour infini de Dieu pour l'humanité, et jusqu'à votre dernier souffle, disposez-vous à la repentance.
86. C'est pourquoi, attendez-vous à sa présence par la confession; venez, hâtez-vous, prosternez-vous devant le Seigneur et pleurez devant votre Créateur; implorez sa miséricorde, suppliez sa compassion, avant que la mort ne vous emporte.
87. Ne dites pas : «J'ai beaucoup péché, j'ai commis de nombreuses iniquités, et c'est pourquoi je n'ose pas me prosterner devant Dieu.» Ne désespérez pas : cessez simplement de multiplier vos péchés à partir de maintenant, et, avec l'aide du Tout-Miséricordieux, vous n'aurez pas honte.
88. Car celui qui a dit : «Celui qui vient à moi, je ne le rejeterai point» (Jn 6,37); et encore : «Tournez-vous vers moi, et je vous guérirai» (Mt 13,15), «car je ne prends aucun plaisir à la mort du pécheur» (Éz 33,11). Ayez donc du courage et croyez que, comme il est lui-même pur, il purifiera aussi ceux qui s'approchent de lui.
89. Si vous souhaitez accomplir un véritable repentir : alors montrez-le par vos actes. Si vous vous repentez de l'orgueil, montrez de l'humilité; si de l'ivrognerie, montrez du jeûne; si de l'adultère, montrez de la pureté. Car il est dit : Éloigne-toi du mal et fais le bien.
90. Ne t'attarde pas dans le borbier du péché, de peur d'y être soudainement englué. Car tu soupireras, et personne ne t'entendra, lorsque l'Ange du Seigneur se tiendra devant tes yeux, et que tes ennemis, comme un nuage, te couvriront (Dt 28,15).
91. Considère ton âme : tu n'en as qu'une; ta vie est éphémère; la fin est inconnue (Mt 24,36); les profondeurs sont impénétrables et remplies de tes ennemis; nul ne peut te secourir, si ce n'est la foi et les bonnes œuvres : poursuis-les de toutes tes forces.
92. Emprunte le chemin de la vertu, et hâte-toi, de peur que le soir ne te surprenne; hâte-toi vers les portes de la cité céleste; «ne te détourne ni à droite ni à gauche» (Pro 4,27), de peur de t'égarer et de tomber dans l'abîme du tourment.
93. Inclinez-vous avec respect devant les évêques, pasteurs du troupeau de brebis raisonnables du Christ, et vous recevrez la bénédiction de Dieu.
94. Honorez de tout votre cœur les prêtres, serviteurs du Christ, qui siègent à sa table secrète; et écoutez-les avec amour lorsqu'ils vous enseignent les commandements du Christ.
95. Honorez également les diacres, les sous-diacres et les lecteurs, serviteurs de Dieu, et n'offensez aucun d'eux.

## Gennade II Scholarius, patriarche de Constantinople

96. Car si vous révérez avec crainte ceux qui se tiennent devant le roi terrestre, et que vous craignez même de les contredire d'un mot, que pensez-vous des serviteurs du Roi céleste ?

97. Visitez les monastères et les maisons des saints, examinez leur vie, leur ordre et leur organisation. Ayant appris leur mode de vie, vous jugerez votre propre vie, et dès lors vous commencerez à vous corriger.

98. Ne soyez pas paresseux pour visiter ceux qui vivent dans une profonde solitude. Recherchez leur bénédiction et leurs prières; si vous avez de quoi vous nourrir, apportez-le-leur, et vous en recevrez un bienfait spirituel.

99. Ne passez jamais devant un moine sans vous incliner; car si vous ne vous inclinez et ne témoignez de respect qu'à ceux que vous connaissez, vous le faites par amitié, et non par respect pour l'icône qu'ils portent.

Pour conclure :

100. Aimez le Seigneur de toute votre âme (Mt 22,37), et que sa crainte demeure dans votre cœur. Soyez juste, sincère, humble. Gardez les yeux baissés, mais élevez votre esprit vers le ciel. Soyez tendre envers Dieu et bienveillant envers les autres. Consolez les affligés, soyez patient dans l'adversité et la pauvreté, généreux, miséricordieux, nourrissez les pauvres et accueillez-les. Ayez pitié du péché, réjouissez-vous en Dieu. Supportez la faim et la soif. Soyez doux, non avide de gloire, non avide d'argent, amical, non hypocrite, non orgueilleux. Craignez le roi; soyez prêts à obéir à ses commandements. Soyez aimables dans vos réponses; priez souvent; recherchez la sagesse pour Dieu; ne jugez personne; défendez tous ceux qui sont offensés : et vous serez ainsi un enfant de l'Évangile, un fils de la résurrection, un héritier de la vie en Jésus Christ, notre Seigneur, à qui soient gloire, puissance, honneur et adoration avec le Père et le saint Esprit, maintenant et toujours et dans les siècles des siècles, amen.

