

SA SAINTÉTÉ LE PATRIARCHE PHILOTHÉE DE CONSTANTINOPLE, ENSEIGNEMENT À SON DISCIPLE SUR LA MANIÈRE DE RESTER ATTENTIF DANS SA CELLULE AVEC SES NOVICES

Préface

En vérité, ô bien-aimé, il est honteux pour un législateur d'exposer sa propre faiblesse, surtout en des commandements si mineurs et [seulement] partiellement accomplis. Car pourquoi lui confère-t-on rang et dignité s'il parle ou pense ainsi de lui-même ? Et c'est encore pire et plus désastreux s'il ne se contente pas de parler, mais qu'il a conscience de sa propre faiblesse, de son manque de formation et de son ignorance. Comment peut-il enseigner, comment peut-il transmettre et communiquer ce qu'il n'a lui-même, au prix de nombreux efforts, ni accompli ni corrigé ? Sachant cela de moi-même, je souhaitais me taire, ne rien dire ni écrire de tel, de peur d'encourir la honte dont je suis coupable, car j'ai longtemps parlé davantage des vertus d'autrui que des miennes, à l'instar de ceux qui se déguisent en rois, princes et guerriers dans les jeux, alors qu'en réalité ils ne sont que mendiants et piètres acteurs. Mais l'amour que notre âme vous porte, et plus encore la grandeur de votre foi et de votre espérance, avec lesquelles vous êtes venus spirituellement à nous, insignifiants que nous sommes, comme si nous étions aux yeux d'un grand, nous contraint à renoncer à nos intentions grâce à votre zèle et à votre foi, pour lesquels tout est possible, selon la parole du Maître. Aussi, nous citerons-nous quelques mots tirés des [statuts] des pères divins.

Sur la durée de la prière

Car le service sincère et fervent rendu à Dieu – chants, prières, lecture des saintes Écritures – ne se mesure ni en temps ni en heures. Car il est dit : «Je bénirai l'Éternel en tout temps» (Ps 34,2), et «Sept fois par jour je te loue» (Ps 119,164), c'est-à-dire sans cesse; «Je méditerai continuellement sur tes statuts» (Ps 119,117); et d'autres choses semblables. Le Christ, le Donateur de la Loi et le Maître de tout, dit : «Tenez ferme en tout temps, dans la prière», et raconte la parabole de la veuve et du juge inique (Luc 18,2-7), selon laquelle nous devons prier sans cesse et ne pas nous lasser. Tous les apôtres et les docteurs, qui ont appris eux-mêmes et nous enseignent tous, comme vous le savez, ont agi conformément à cela. Ainsi, l'un des pères, parvenu à un âge avancé, a dit : «Dans ma jeunesse, je n'avais pas d'horaire fixe pour la règle, mais chaque moment était pour moi un temps de service.» Et ces mêmes saints pères ont institué des temps et des heures fixes pour nous, comme pour les plus faibles, afin que, comme par une sorte de bride, nous soyons nécessairement contraints par ce bon devoir et ne soyons pas arrachés à la règle, comme le saint ange l'a déclaré au grand Pacôme : «J'ai établi ces quelques prières afin que même les plus faibles puissent s'attacher à cette règle et ne s'affligent pas, tandis que les parfaits n'ont pas besoin de la loi, car ma règle est pour ceux qui n'ont pas l'esprit parfait.» Et nous disons la même chose.

Sur l'ordre des offices

Sachez que dès votre nomination comme abbé de cette petite fraternité, il est essentiel que vous célébriez chaque office à l'église avec vos frères. Que cela soit une présence constante, sauf en cas de maladie, car votre présence leur est bénéfique et constructive à bien des égards.

Lorsque vous vous levez à l'heure des Matines, glorifiez Dieu de vos lèvres en prononçant ces quelques mots : «Gloire à Toi, notre Dieu, gloire à Toi, pour toutes choses» (trois fois). Récitez ensuite l'une des courtes prières prescrites par les pères

pour ce moment, telle que : «Au réveil, je Te rends grâce, sainte Trinité...», ou «Seigneur très miséricordieux, dont la lumière est inaccessible...», ainsi que toute autre prière semblable, courte et concise. Récitez l'hymne sacré de notre sainte foi en vous rendant à l'église. Si vous en avez le temps, accomplissez à cette heure cinquante genuflexions, une de celles prescrites quotidiennement sur 24 heures; c'est un acte bon et nécessaire. Ensuite, une fois l'office religieux terminé, ne vous adonnez à aucune conversation, car cela cause une grande confusion et nuit à l'esprit, et ne vous forcez à aucune lecture ni à aucune psalmodie, qu'il fasse encore nuit ou jour, mais plutôt, comme vous le savez, commencez une courte prière intérieure : *Seigneur Jésus Christ, Fils de Dieu, ayez pitié de moi*, si vous le pouvez, alors assis, et si vous ne vous levez pas, alors au lit, et même si le sommeil vous vient pendant que vous priez ainsi, ce n'est pas effrayant, car c'est caractéristique de la nature à cette heure, cela ne nuit en rien et ne contredit pas la raison. Si, pendant que vous priez ainsi, une envie irrésistible se manifeste – ce qui arrive lorsque le démon vous domine avec plus de force et que vous ne parvenez pas à repousser l'attaque par la prière intérieure –, levez-vous et accomplissez au moins trente genuflexions, récitez une courte prière au Christ et à sa Mère contre cette lutte (je vous la présenterai à la fin de ce texte), puis asseyez-vous, comme précédemment, pour l'instruction mentale de la prière. Si l'envie irrésistible se manifeste à nouveau, faites de même et asseyez-vous de nouveau. Si, toutefois, le démon ne cesse pas et continue de lutter, levez-vous et commencez le chant de votre office quotidien, que vous devez accomplir chaque jour, sauf le dimanche, avec l'aide de Dieu, de la manière suivante. Si vous n'avez pas l'habitude de chanter les Heures à l'église, accomplissez le début habituel de la prière et chantez la Troisième et la Sixième Heure avec le Typikon et un cathisme du psautier en hiver, en raison du raccourcissement des jours, et deux pendant les jours longs. Car je souhaite que vous lisiez le psautier en entier dans votre cellule chaque semaine, non seulement pendant le Carême, mais toujours. Ainsi, lorsque vous récitez un cathisme le matin, comme indiqué, en raison de la brièveté du jour, lisez-en deux aux Complies, pendant la longue nuit. Et à d'autres moments, dans l'ordre inverse, lorsque la durée du jour et de la nuit varie. Si toutefois vous chantez les Heures à l'église, alors dans votre cellule, après l'introduction mentionnée plus haut et l'invitation «Venez, adorons», récitez immédiatement le psaume 50 : «Aie pitié de moi, ô Dieu !» Puis, comme indiqué, commencez les versets du psautier. Après cela, récitez également le canon au Maître, tel que vous le souhaitez. Puis lisez, comme prescrit, une portion du saint Évangile, car vous devez lire chaque évangéliste en une semaine, en divisant chaque portion en sept jours. Ensuite, faites cinquante genuflexions et cinquante envois. De plus, si rien ne vous en empêche, consacrez un court moment à la prière intérieure, car cela est très bénéfique après la psalmodie décrite. Ensuite, lisez quelques passages. Commencez par des chapitres des Pères de l'Église : saint Isaac et saint Jean-Baptiste – deux ou trois pages. Puis, commencez la lecture des saintes Écritures – l'Ancien et le Nouveau Testament – et les commentaires des saints. Passez ensuite aux travaux manuels, sans vous forcer, c'est-à-dire en alternant lecture et travaux manuels. Travaillez brièvement, mais avec aisance et simplicité, selon la force que le Seigneur vous donne. Que le reste du temps – que vous soyez assis, debout ou en marche – soit consacré à l'étude secrète de votre âme.

Le soir venu, chantez les complies prescrites et les versets du psautier : une ou deux cathismes, comme je l'ai dit précédemment, et le canon à la très pure Mère de Dieu, les prosternations et l'envoi. Le soir et le matin, après avoir accompli la règle, récitez les prières appropriées des saints, prescrites par les anciens : lisez-les en vous agenouillant et en inclinant la tête jusqu'à terre. Comme le publicain, invoquez le Seigneur avec contrition, à plusieurs reprises, afin que vos pensées ne s'égarer pas, mais pas plus de dix fois, ou aussi souvent que vous le pouvez, car c'est là aussi une tradition très bénéfique des saints. Ensuite, assis, lisez d'abord un passage désigné de l'Épître, puisque vous devez parcourir tous les Actes des Apôtres et les Épîtres en quatre semaines (les jours de quatre semaines). Après avoir ainsi lu un passage de l'Épître aux Apôtres chaque soir, lisez ensuite un court extrait, autant de chapitres que

vous le souhaitez, des paroles de Carême des saints Pères mentionnées plus haut. Ainsi, après avoir accompli environ trois cents genuflexions par jour, asseyez-vous immédiatement pour la prière intérieure, après avoir lu l'Image de la Foi Sacrée, telle que les saints Pères nous l'ont léguée. Récitez-la au lever et au coucher, en méditant (en vous instruisant), autant que le Christ vous fortifiera. Fort de cette instruction, allez vous coucher, afin qu'il vous y trouve.

Une seule chose est exigée de chacun : l'affaiblissement des passions dans les trois parties de l'âme et leur destruction complète, avec l'aide de Dieu; c'est là l'essentiel. L'observance de l'abstinence, selon les pères de l'Église, conduit à l'humilité du corps et de l'âme. Il ne faut pas s'efforcer de jeûner, surtout pas pour ceux qui en sont incapables en raison de leur état de santé, mais, comme je l'ai dit, de vivre en abstinence constante. Je sais que vous êtes abstinents en matière de nourriture et de boisson et, par la grâce du Christ, vous n'avez pas besoin d'instruction; cependant, il est nécessaire de s'efforcer non seulement d'atteindre cette abstinence, mais aussi de vivre en abstinence totale : en paroles, en actes, en pensées, en entreprises, dans les conversations ordinaires avec son prochain, et d'éviter autant que possible les paroles superflues, inutiles et inopportunes, ainsi que les disputes verbales avec ses amis. Le ridicule et la licence sont encore plus destructeurs pour la préservation de l'esprit, l'enseignement secret, la crainte de Dieu et l'humilité, et détruisent invariablement l'âme tout entière s'ils se produisent fréquemment et sans vergogne. L'ascète s'abstiendra de tout cela, selon le divin Apôtre (I Cor 9,25). Dans tout ce que vous faites, tant sur le plan des sens que de l'esprit, que votre principal effort soit de préserver la bonne et salutaire humilité et chasteté de l'âme, la miséricorde à l'image de Dieu envers votre prochain, la générosité du cœur envers tous et l'amour parfait et semblable à Dieu. Habituellement, grâce à ces vertus, les ascètes parviennent à la purification du cœur (toujours selon les saints Pères), et la fin de ces vertus sera Dieu lui-même pour vous, par son amour pour l'humanité et la grâce que le Seigneur vous accordera, par les prières de la Mère de Dieu et de tous les saints. Amen.

Conclusion et dernières instructions

Souvenez-vous toujours de moi, je vous en prie, vous qui êtes indigne, parlant toujours avec bienveillance mais ne faisant rien de bon, comme le voit un frère sincère et cher. Il est inutile de vous écrire au sujet de la communion aux Mystères Très Divins et Vivifiants. Je pense qu'il serait bon que vous chantiez, avec les frères vivant dans votre cellule, l'office de tous les saints au Maître au début de chaque mois, comme nous l'avons établi. Pendant que vous célébrez vous-même cet office sacré, souvenez-vous des défunts, en particulier des vôtres, et de tous ceux qui appartiennent à la foi, et de nous, indignes. Et chaque vendredi soir, chantez aux Complies l'office appelé l'Acathiste à notre toute pure Souveraine Mère de Dieu, car ceci aussi est le testament des saints anciens.