

ABBA THALASSIUS SUR L'AMOUR, LA TEMPÉRANCE
ET LA VIE SPIRITUELLE AU PRÊTRE PAUL.¹

LE CENT UNIÈME, dont l'acrostiche est le suivant :

À mon frère spirituel et bien-aimé Seigneur Paul, Thalassius, homme d'apparence solitaire, mais en réalité marchand vain.

1. L'amour, entièrement tourné vers Dieu, unit les amoureux à Dieu et les uns aux autres.
2. Un esprit qui a acquis l'amour spirituel ne pense rien de son prochain qui soit indigne d'amour.
3. Celui qui bénit des lèvres mais méprise du cœur dissimule son hypocrisie sous le masque de l'amour.
4. Celui qui a acquis l'amour endure avec sérénité toute la douleur et le chagrin que lui infligent ses ennemis.
5. Seul l'amour unit les créatures à Dieu et entre elles dans l'unanimité.
6. Le véritable amour s'acquiert par celui qui ne tolère aucun soupçon ni aucune parole contre son prochain.
7. Honorable devant Dieu et les hommes est celui qui ne fait rien qui puisse nuire à l'amour.
8. L'amour sincère se caractérise par la parole vraie «d'une bonne conscience» (I Tim 1,5).
9. Celui qui rapporte à son frère des paroles de reproche entendues d'autrui dissimule son envie sous un masque de bienveillance.
10. De même que les vertus physiques attirent la gloire des hommes, les vertus spirituelles attirent la gloire de Dieu.
11. L'amour et la maîtrise de soi purifient l'âme, et l'esprit est illuminé par la prière sincère.
12. L'homme fort est celui qui chasse le mal par ses actes et sa raison.

¹ Philocalie. Tome III

13. Celui qui a acquis le détachement et la compréhension spirituelle a trouvé grâce auprès de Dieu.
14. Si tu veux te libérer des pensées passionnées, acquiers la maîtrise de soi et l'amour du prochain.
15. Préserve-toi de l'intempérance et de la haine, et tu ne rencontreras aucun obstacle dans ta prière.
16. De même qu'on ne trouve pas de parfum dans une fosse septique, on ne trouve pas le parfum de l'amour dans une âme vindicative.
17. Maîtrisez courageusement votre colère et votre convoitise, et vous serez bientôt libéré des mauvaises pensées.
18. La vanité détruit la dissimulation des bonnes actions, et l'orgueil éloigne celui qui ne s'humilie pas.
19. La vanité se caractérise par l'hypocrisie et le mensonge, et l'orgueil par la vanité et l'envie.
20. Un maître est celui qui s'est maîtrisé et a soumis son âme et son corps à son esprit.
21. On reconnaît la sincérité d'un ami dans la tentation, lorsqu'il se fait notre compagnon dans l'épreuve.
22. Maîtrisez vos sentiments dans le silence et la solitude, et soumettez à un examen rigoureux les pensées qui vous viennent à l'esprit.
23. Ne gardez pas rancune face aux insultes graves, mais soyez hostile à ceux qui sont lubriques.
24. Le silence, la solitude, la prière, l'amour et l'abstinence : voilà le char à quatre chevaux qui élève l'esprit vers le ciel.
25. Épuise ta chair par le jeûne et la vigilance, et tu chasseras les pensées impures et tourmentantes.
26. « Comme la cire fond au feu » (Psaume 68:3), ainsi fond une pensée impure devant la crainte de Dieu.
27. C'est un grand mal pour une âme raisonnable de s'attarder sur une passion honteuse.

28. Supporte patiemment les épreuves des accidents tristes et douloureux; car c'est par là que la providence divine désire te purifier.

29. Après avoir abandonné les biens matériels et renoncé au monde, renonce définitivement aux mauvaises pensées.

30. Méditer sans cesse sur la parole de Dieu est le devoir de l'esprit.

31. De même que Dieu gouverne le monde, l'âme gouverne le corps.

32. Avec quelle espérance pouvons-nous rencontrer le Christ, si nous restons esclaves des convoitises charnelles ?

33. La souffrance et le chagrin, qu'ils soient volontaires ou envoyés par la Providence, détruisent le désir.

34. L'amour de l'argent nourrit les passions, car il alimente et développe un désir égocentrique et démesuré.

35. Le chagrin engendre l'appauvrissement du plaisir (ou la satisfaction du désir); le plaisir est indissociable de toute passion.

36. La mesure dont vous vous servez pour votre corps, Dieu vous la rendra proportionnellement (Mt 7,2).

37. Les jugements divins sont la récompense des actes accomplis par le corps.

38. La vertu et la connaissance engendent l'immortalité; leur épuisement est la source de la mort.

39. La tristesse selon Dieu éloigne la convoitise; et l'éloignement de la convoitise est la résurrection de l'âme.

40. Le détachement est l'immobilité de l'âme face au mal; mais il ne peut être atteint sans la grâce du Christ.

41. Le Christ est le Sauveur de l'âme et du corps, et celui qui suit ses pas est libéré de tout mal.

42. Si vous désirez obtenir le salut, renoncez aux plaisirs charnels et embrassez l'abstinence, l'amour et la prière.

43. Le détachement est la caractéristique du véritable discernement, par lequel toute chose est faite avec justesse.

44. Notre Seigneur et Dieu est Jésus Christ; et l'esprit qui le suit ne demeurera pas dans les ténèbres.

45. Rassemblez vos pensées et observez-les; si vous les trouvez passionnées, luttez contre elles.

46. Les pensées proviennent de trois sources : les sens, la mémoire et la plénitude du corps; les plus troublantes sont celles qui proviennent de la mémoire.

47. Celui qui reçoit la sagesse participe à la compréhension de l'incorporel et connaît le commencement et la fin du monde.

48. Ne négligez pas l'activité juste, et votre esprit sera illuminé; car à ceux-là est promis : «Je vous ouvrirai des trésors cachés et invisibles» (Is 45,3).

49. Celui qui est libéré des passions a trouvé grâce auprès de Dieu, et celui qui reçoit la connaissance a reçu une grande miséricorde.

50. L'esprit, libéré des passions, devient lumineux, constamment éclairé par la contemplation de tout ce qui existe.

51. La lumière de l'âme est la connaissance; sans elle, l'insensé marche dans les ténèbres.

52. L'insensé passe sa vie dans les ténèbres; et les ténèbres de l'ignorance l'enveloppent.

53. Celui qui aime Jésus sera délivré du mal; et celui qui le suit verra la vraie lumière.

54. L'esprit, libéré des passions, perçoit les pensées subtiles, tant à l'état de veille qu'au moment du sommeil.

55. L'esprit parvenu à la pureté suprême se sent opprimé par les créatures et aspire à être au-delà de toute chose créée.

56. Heureux celui qui a atteint l'infini sans limites; seul celui qui a transcendé toutes les limites peut y parvenir.

57. Celui qui honore Dieu examine ses paroles; et celui qui aime leur vérité en découvre le sens.

58. L'esprit mû par la droiture trouve la vérité; mais celui mû par une passion quelconque ne l'atteindra pas.

59. De même que Dieu est insondable dans son essence, il est indéfinissable dans sa grandeur.

60. Un être sans commencement ni fin possède une sagesse insondable.

61. Le salut de toute créature est l'œuvre de la providence infiniment bienveillante de son Créateur.

62. Le Seigneur soutient tous ceux qui tombent et relève tous ceux qui sont abattus, selon sa miséricorde.

63. Christ est le Juge des vivants et des morts, et celui qui récompense toute œuvre juste (Ac 10,42; Ps 62,13).

64. Si vous souhaitez maîtriser votre âme et votre corps, agissez sans relâche pour éliminer les causes de vos passions.

65. Unissez les forces de votre âme aux vertus, et tout désir de vos passions s'en détachera.

66. Maîtrisez les désirs de la luxure par la maîtrise de soi, et les désirs de la colère par l'amour spirituel.

67. Le silence, la solitude et la prière sont les armes les plus puissantes de la vertu; car ils purifient l'esprit et aiguisent sa vision.

68. Seule la conversation spirituelle est bénéfique; le silence est préférable à toute autre.

69. Des cinq sortes de conversation, limitez-vous à trois, ne vous adonnez pas à la quatrième et abstenez-vous de la cinquième.

70. Celui qui n'a d'attachement à rien de ce monde aime le silence; et celui qui n'aime rien d'humain aime tous les hommes.

71. La véritable maîtresse est la conscience, à laquelle celui qui obéit ne trébuche pas.

72. Seuls ceux qui ont atteint les sommets de la vertu ou qui sont tombés dans les abîmes du mal ne sont pas offensés par la conscience.

73. Le détachement parfait engendre des pensées pures; et la connaissance parfaite nous place face à l'Incompréhensible.

74. Celui qui n'a pas atteint les plaisirs charnels s'afflige d'une tristesse indigne; celui qui les a méprisés demeure sans tristesse.

75. La tristesse, en général, est la privation du plaisir désiré, qu'il se trouve en Dieu ou dans l'esprit du monde.

76. Le royaume de Dieu est bonté et sagesse; celui qui les a atteintes demeure au ciel.

77. Malheureux est l'homme qui, par ses actes, préfère le monde à Dieu.

78. Celui qui n'envie pas ceux qui réussissent dans la bonté, mais qui plaint ceux qui sont négligents, a acquis un amour égal pour tous.

79. Celui qui a établi les exigences de la vertu comme loi pour l'âme et le corps, doit gouverner comme il se doit.

80. Un bon marchand spirituel est celui qui, pour l'avenir, a renoncé sans distinction aux plaisirs et aux peines de cette vie.

81. L'âme est fortifiée par l'amour et l'abstinence, et l'esprit par la prière pure et la contemplation spirituelle.

82. Lorsque vous écoutez une parole utile, ne jugez pas celui qui parle, de peur de vous priver d'une édification salvatrice.

83. Un cœur mauvais nourrit de mauvaises pensées et transforme les bonnes actions d'autrui en fautes par une interprétation erronée de ses actes.

84. Ne crois pas une pensée qui condamne ton prochain, car celui qui possède de mauvais trésors nourrit de mauvaises pensées.

85. Un bon cœur produit de bonnes pensées, car ses pensées sont à l'image de ses trésors.

86. Veille sur tes pensées et fuis le mal, de peur que ton esprit ne s'obscurcisse et ne commence à mal interpréter les choses.

87. Considère les Juifs et garde-toi de leurs actes. Aveuglés par l'envie, ils ont blasphémé en prenant le Seigneur et Dieu pour Béelzébuth.

88. Les soupçons malveillants obscurcissent l'esprit et lui font prendre le mal pour le bien.

89. Les passions accompagnent toutes les vertus; c'est pourquoi les passionnés interprètent mal les bonnes choses.

90. Si l'esprit s'attarde longtemps dans la joie ou la tristesse, il sombre rapidement dans le désespoir.

91. Une conscience pure élève l'âme, mais une pensée impure la précipite dans l'abîme.

92. Lorsque les passions s'éveillent, elles chassent la vanité; et lorsqu'elles sont chassées, elle revient.

93. Si vous voulez être libéré de toutes les passions, embrassez l'abstinence, l'amour et la prière.

94. Un esprit qui demeure en Dieu par la prière libère même la part passionnée de l'âme des passions.

95. Dieu, ayant donné l'être aux créatures, les embrasse toutes ensemble par sa providence.

96. Étant le Seigneur de tous, il a daigné devenir esclave, manifestant ainsi le plus haut degré de sa providence envers la création (Phil 2,7).

97. Dieu le Verbe, s'étant incarné, s'est uni par la chair à toute la création.

98. C'est un miracle merveilleux au ciel et sur la terre que Dieu soit sur la terre et l'homme au ciel; afin qu'en unissant les hommes aux anges, il puisse aussi accorder la déification à toute la création.

99. La sanctification et la déification des anges et des hommes consistent en la connaissance de la Sainte et Consustantiale Trinité.

100. Le pardon des péchés est la libération des passions, dont ceux qui n'ont pas été délivrés par la grâce n'ont pas encore reçu le pardon.