

# La médecine douce de saint François de Sales

**Robert Scholtus**

DANS **CHRISTUS 2022/3 n°275**, PAGES 66 À 67  
ÉDITIONS **S.E.R.**

ISSN 0009-5834

ISBN 9782370962966

DOI 10.3917/chri.275.0068

Date de mise en ligne : 12/02/2025

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://shs.cairn.info/revue-christus-2022-3-page-66?lang=fr>



Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...  
Scannez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



**Distribution électronique Cairn.info pour S.E.R..**

Vous avez l'autorisation de reproduire cet article dans les limites des conditions d'utilisation de Cairn.info ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Détails et conditions sur [cairn.info/copyright](https://cairn.info/copyright).

Sauf dispositions légales contraires, les usages numériques à des fins pédagogiques des présentes ressources sont soumises à l'autorisation de l'Éditeur ou, le cas échéant, de l'organisme de gestion collective habilité à cet effet. Il en est ainsi notamment en France avec le CFC qui est l'organisme agréé en la matière.



TEXTE

# La médecine douce de saint François de Sales

ROBERT SCHOLTUS

Début de l'article publié dans *Études*,  
n° 4175, en novembre 2012, pages 526-528.

Est-il besoin d'épiloguer encore sur nos faiblesses, nos imperfections, nos médiocrités, nos fautes ? Il n'y a vraiment pas de quoi s'étonner, dit saint François de Sales, que « l'infirmité soit infirme et la faiblesse faible, et la misère chétive<sup>1</sup> ». En revanche, nous serions plus avisés de nous inquiéter de « la déplaisance aigre et chagrine, dépiteuse et colère » que nous éprouvons pour nos imperfections et de la « repentance dépiteuse, ireuse et tempétueuse » à laquelle nous nous livrons au motif de nous amender.

C'est contre cette mauvaise humeur dont s'enivre l'amour-propre, contre ce courroux intérieur, aux effets dévastateurs, que François de Sales en appelle à la douceur, la seule vertu capable de nous faire détester nos offenses sans nous détester nous-même. Pas un instant, bien sûr, il ne laisse croire à sa chère Philothée que nos fautes ne méritent que pieuse indulgence et que la « vie dévote » n'aurait plus qu'à renoncer au combat spirituel. Pour féminine qu'elle soit, la douceur n'en est pas moins une arme aiguisée, à même de déjouer les ruses de l'âme et de vaincre la colère d'un orgueil blessé. La douceur envers soi-même, loin d'être complaisance, a cette faculté de sauver d'un péché second qui tiendrait le cœur « confit et détrem pé dans la colère » de ceux qui « se courroucent de s'être

1. Toutes les citations sont extraites des chapitres VIII et IX de *l'Introduction à la vie dévote*, Gallimard, « Bibliothèque de la Pléiade », 1969, pp. 152-158.

courroucés, entrent en chagrin de s'être chagrinés et ont dépit de s'être dépités ». Elle est plus efficace que tout emportement contre soi, à l'instar des « remontrances d'un père faites doucement et cordialement ». Et si, à l'heure de la colère et du ressentiment, il lui faudra invoquer le secours de Dieu, cette oraison devra être pratiquée « doucement, tranquillement et non point violemment ».

Autant de recommandations qui mériteraient d'être entendues par ces increvables spiritualités qui s'apparentent à des écoles de maltraitance où l'on apprend à se mépriser soi-même, à haïr sa faiblesse, à se faire souffrir et à tyranniser sa liberté.

François de Sales, lui, exerce et préconise une médecine douce et une pédagogie du « doux effort » qui permettent, sans céder au volontarisme, de parvenir à cet « allègement » que procure « une douce et sainte confiance en Dieu », à ce point de passage où la douceur n'est plus seulement une vertu à cultiver mais le don de ce que Georges Bernanos – lui qui savait combien il est si facile de se haïr – appelait « la douce pitié de Dieu ». Ou encore cette « divine douceur » dont Maurice Bellet dit qu'elle est « une douce fermeté, car pas un instant elle ne blesse le cœur, elle ne meurtrit ce qui est au cœur de l'homme, où il trouve vie. La divine douceur sauve tout, elle veut tout sauver. Elle ne désespère jamais de personne, elle croit toujours qu'il y a un chemin. Elle est inlassablement inlassable à enfanter, soigner, nourrir, réjouir et conforter<sup>2</sup> ».

Ce serait un comble d'imaginer que nous puissions acquérir cette douceur à la force du poignet, en nous faisant violence comme on le fait dans les salles de remise en forme. Saint François de Sales voyait dans l'onction d'huile sainte que reçoivent les baptisés le symbole de la douceur et du parfum de la charité dont Dieu les a, par avance, revêtus. C'est de lui que nous recevons la douceur qu'il nous faut pratiquer à l'égard de nous-même et des autres. C'est de son Fils bien-aimé que nous l'apprenons – lui qui a dit : « Apprenez de moi que je suis doux et humble de cœur » (Mt 11, 29) – et de tous ceux qui, sans se réclamer de lui, au fil des saisons de notre vie, nous prodiguent gracieusement leur écoute et leur patience, leur tendresse et leur soin. [...]

---

2. M. Bellet, *L'épreuve ou le tout petit livre de la divine douceur*, Desclée de Brouwer, [1988] 2020, p. 14.