

Douceur et patience  
Des vertus pour améliorer notre quotidien

Dilectio

23 août 2018

**Table des matières**

<b>1</b>	<b>Introduction</b>	<b>2</b>
1.1	Désir de bonheur et obstacles au bonheur . . . . .	2
1.2	« In lacrimarum valle » : dans la vallée des larmes . . . . .	3
1.3	Le petit chemin des vertus . . . . .	4
<b>2</b>	<b>Une carte du petit chemin des vertus</b>	<b>5</b>
2.1	Le bonheur . . . . .	5
2.2	La notion de vertu . . . . .	7
2.3	Le développement harmonieux des vertus . . . . .	9
2.4	Vertu et Juste Milieu . . . . .	10
2.5	Les vertus cardinales . . . . .	11
2.5.1	La charité . . . . .	12
2.5.2	Le courage . . . . .	13
2.5.3	La tempérance . . . . .	13
2.5.4	La justice . . . . .	13
2.5.5	La prudence . . . . .	14
<b>3</b>	<b>Importance de l'amitié</b>	<b>15</b>
<b>4</b>	<b>Importance de notre journée</b>	<b>17</b>
<b>5</b>	<b>Douceur, patience et humilité</b>	<b>18</b>

## 1 Introduction

### 1.1 Désir de bonheur et obstacles au bonheur

En tant qu'être humain, nous avons tous dans notre vie des buts en commun :

1. Nous souhaitons être le plus souvent heureux ;
2. Nous souhaitons voir nos proches le plus souvent heureux ;
3. Et particulièrement quand nous devenons parents, nous souhaitons fortifier nos enfants pour qu'ils réussissent à l'être le plus souvent possible.

En effet, ce n'est pas seulement la vie que nous désirons le plus, mais la vie bonne, la vie heureuse.

Ce désir que nous partageons tous est malheureusement un désir problématique. Le problème vient du fait que notre monde n'est pas toujours un monde confortable où il fait bon vivre. Il n'est pas toujours si facile de vivre et parfois encore moins facile de vivre heureux. Il y a en effet des épreuves douloureuses qui viennent faire obstacle à notre bonheur. Prenons quelques exemples :

- La maladie que nous vivons directement dans notre corps ou la maladie d'un proche ;
- Le décès d'un proche ;
- Les difficultés à trouver du travail ou à le conserver ;
- Le manque de réussite dans notre travail ;
- Les difficultés que nous pouvons rencontrer dans les relations humaines au travail ;
- Celles que nous pouvons vivre dans nos relations familiales ou amicales ;
- Les difficultés à trouver un sens à notre vie ;
- Nous pouvons aussi ajouter les mauvaises nouvelles qui peuvent toucher notre pays ou le monde en général et qui peuvent venir troubler notre sérénité.

Toutes ces épreuves peuvent venir affecter notre bonheur personnel de telle manière que nous pouvons nous trouver peu chanceux, voire même peu doués pour le bonheur.

De plus, quand nous sommes parents, ces difficultés qui nous empêchent d'être pleinement heureux, peuvent aussi nous faire croire que nous sommes mal placés pour apprendre à nos enfants à l'être. En effet, si nous avons du mal à être heureux comment réussir à transmettre le chemin du bonheur à nos enfants ?

Remarquons aussi, que si par chance nous sommes en ce moment même heureux, qu'est-ce qui nous garantit que nous serons de bons éducateurs pour nos enfants afin qu'ils soient heureux à leur tour dans ce monde si changeant, si abîmé et parfois si abîmant ?

La philosophie peut fournir des indications sûres pour progresser sur le chemin du bonheur et aider nos enfants, quand nous en avons, à progresser sur ce chemin. C'est ce que cet article se propose de montrer. Une petite nuance cependant, toutes les philosophies ne se valent pas, certaines sont plus efficaces pour trouver le chemin du bonheur par rapport à d'autres qui, au contraire, peuvent nous en éloigner. C'est pourquoi nous présenterons ici ce qu'on appelle **la philosophie réaliste**, dont les représentants principaux sont ARISTOTE, THOMAS D'AQUIN pour l'Antiquité et le Moyen Âge, François DE SALES pour le XVII<sup>ème</sup> siècle, G. K. CHESTERTON, Jacques MARITAIN, Étienne GILSON,

Gustave THIBON, Karol WOJTYLA, Servais PINCKAERS, Josef PIEPER pour le XX<sup>ème</sup> siècle<sup>1</sup>.

Avant de développer cette philosophie dans sa présentation du chemin qu'elle nous propose pour nous conduire au bonheur, reformulons encore une fois le problème pour mieux le comprendre.

## 1.2 « In lacrimarum valle » : dans la vallée des larmes

Avec un peu d'expérience, nous sommes bien obligés de constater que notre monde est malheureusement fait d'injustices et que ces injustices ne sont pas seulement celles que nous pouvons voir sur les écrans mais aussi celles que nous avons réellement vécues, et que nous vivons peut-être encore. Ces injustices vécues sont aussi trop souvent des injustices que nous avons subies, soit subies comme des conséquences de nos actes passés, soient comme des conséquences démesurées de nos actes passés, soit encore sans aucun rapport avec nos actes passés. Nous pouvons en effet être soit des victimes de nos mauvais choix passés, soit des victimes totalement innocentes. Nous vivons alors, en plus de la souffrance de ces injustices, la douleur que cause en nous le sentiment d'impuissance, puisque nous n'avons rien décidé du tout dans certaines affaires et que nous sommes parfois impuissants à les résoudre.

Ce sentiment d'impuissance peut être en décalage avec la réalité dans le sens où, sous le coup de l'émotion, nous pouvons nous croire totalement impuissants alors que nous ne le sommes pas complètement. Remarquons cependant que nous ne sommes pas très puissants face à certaines injustices que nous vivons. Il y a donc bien une vérité qui nous concerne tous : nous ne sommes pas tout-puissants. Notre puissance a des limites certaines et ce n'est pas toujours facile à vivre et à accepter.

Malheureusement, quand nous vivons un sentiment d'injustice en même temps que nous vivons un sentiment d'impuissance à la surmonter, une alchimie étrange se fait en nous et produit ce que Frédéric NIETZSCHE puis Max SCHELER appellent le **ressentiment**. Ce ressentiment devient alors source d'émotions désagréables à vivre pour nous et nos proches. La colère, l'énervement continu, la tristesse, la tristesse excessive, voire même le découragement, peuvent empoisonner notre existence et la vie de nos proches.

Ces injustices que notre monde nous réserve expliquent pourquoi d'anciens textes parlent de **la vallée des larmes**. En un sens, nous pourrions nous croire dans la vallée des larmes, *in lacrimarum valle* en latin. Nous trouvons cette expression dans la prière du XII<sup>ème</sup> siècle qui a traversé les âges jusqu'à nous, le **Salve Regina**, même si la référence première se trouve dans le psaume 84 sous une appellation difficile à repérer dans certaines traductions françaises de La Bible puisqu'on trouve l'expression *Val du Baumier* dans la Bible de Jérusalem, alors que dans la Vulgate, la version latine de la Bible, nous avons bien **lacrimarum valle**.

Cette expression de « Vallée des larmes » est une belle expression et elle peut nous aider à prendre conscience de plusieurs réalités :

1. D'abord, il est réaliste de constater que notre monde est trop souvent une vallée des larmes. Le peuple juif qui a utilisé, il y a longtemps déjà, cette expression, décrivait alors la réalité qui était la sienne. Il ne semble pas que cette réalité ait beaucoup changé finalement, même si notre monde a progressé sur le plan technologique. Pour qu'une philosophie soit crédible

---

1. La liste ne prétend pas être exhaustive.

en proposant un chemin vers le bonheur, il est bon qu'elle tienne compte du fait que le monde est trop souvent une vallée des larmes.

2. De plus, cette expression est utilisée par les médecins pour décrire cette partie de notre visage qui se situe juste au-dessous des yeux et qui se creuse peu à peu avec le temps qui passe, peut-être en partie sous l'effet des larmes que nous avons versées. Nous trouvons même aujourd'hui des cliniques esthétiques qui se proposent de l'effacer, moyennant finances évidemment, alors qu'il suffit pourtant d'un sourire pour rendre sa beauté à cette petite vallée qui témoigne de ce que nous avons éprouvé.
3. Enfin, elle nous rappelle métaphoriquement que lorsque nous pleurons nous ne voyons plus le monde tel qu'il est vraiment. Nous le voyons déformé par nos larmes qui grossissent certaines parties du monde et en occultent d'autres.

Que nous soyons une personne qui pleure facilement, ou au contraire une personne qui n'arrive pas à pleurer, la métaphore de la vallée des larmes, nous rappelle que nos larmes ou nos souffrances finissent par déformer notre perception du monde. Il existe, en effet, un risque important que les injustices que nous avons subies ou que nous subissons encore, voilent les merveilles qui nous entourent qui pourraient nous aider à trouver le chemin du bonheur.

### 1.3 Le petit chemin des vertus

Ce que nous allons voir maintenant, ce n'est pas un chemin qui nous ferait sortir définitivement de la vallée des larmes, mais un chemin qui permet de traverser cette vallée le plus sereinement possible et qui permet de retrouver régulièrement le sourire malgré les difficultés de la vie qui peuvent encore se présenter. Appelons ce chemin : **le petit chemin des vertus**. L'expression de **chemin des vertus** se trouve dans un certain nombre de textes de Karol WOJTYLA mais était déjà utilisée par Augustin D'HIPPONE et bien d'autres.

C'est un **petit** chemin car ce n'est pas l'autoroute principale que tout le monde utilise, c'est plutôt un petit sentier de montagne. Nous ne pouvons pas l'emprunter en voiture ou à vélo. La technologie ne nous aidera pas beaucoup. Il est d'ailleurs tout aussi inutile d'emporter notre téléphone portable car il n'y a pas de réseau sur ce chemin, du moins pas de réseau fabriqué par l'homme. Cela ne veut pas dire que la technologie humaine ne peut pas nous aider, mais de bons vêtements et de bonnes chaussures seront bien plus utiles que tout appareil électrique ou à moteur.

Cette métaphore du sentier de montagne nous enseigne que le petit chemin des vertus doit être parcouru par nos propres forces naturelles. Notre effort pour le gravir ne peut se faire grâce à un instrument technologique, même si certains instruments peuvent aider un peu. Nous devons marcher par nous-même ou être portés par d'autres hommes et femmes pour l'emprunter. Il n'existe pas et n'existera pas de véhicule artificiel permettant de l'emprunter. Nos commerçants en technologie aimeraient bien nous le faire croire, mais nous savons bien au fond de notre cœur que c'est impossible. La plupart de nos technologies sont **des miroirs aux alouettes**. Elles nous trompent en nous faisant croire que nous serons plus heureux grâce à elles. Je ne nie pas leur utilité pour vivre, mais la vie bonne demande une autre force qu'une force technologique. La vie bonne demande une force morale, pas seulement des forces matérielles.

En français, on désigne par « miroir aux alouettes » une technique de chasse qui consiste à utiliser des petits miroirs que l'on fait tourner autour de soi pour attraper et refléter les rayons du soleil dans le but d'attirer les alouettes qui passent et qui se laisse prendre au piège par leur curiosité. Nos nouvelles technologies, aussi utiles qu'elles soient par ailleurs, sont souvent des miroirs aux alouettes concernant le problème fondamental du bonheur.

Découvrons maintenant ce petit chemin des vertus, et voyons comment traverser plus sereinement la vallée des larmes. Nous pourrions alors plus facilement indiquer à nos enfants et à nos proches par notre exemple, quelle est la route à prendre ! Nous serons en effet d'autant plus crédibles, que nous l'emprunterons nous-mêmes !

## 2 Une carte du petit chemin des vertus

Quand nous voulons emprunter un chemin de montagne et que nous savons d'avance qu'il va être un peu long et sinueux, il est préférable de partir après avoir consulté une carte, et d'emmener cette carte avec nous. C'est un peu le rôle que la philosophie réaliste peut jouer pour nous.

Les auteurs cités plus haut, et bien d'autres aussi d'ailleurs, reconnaissent que ce petit chemin des vertus comportent plusieurs vertus. La tradition a retenu quatre vertus principales qu'elle désigne par l'expression de **Vertus Cardinales**.

Le mot « cardinal » vient du latin *cardo*, *cardonis* qui désigne le gond d'une porte. À quoi servent les gonds d'une porte ? Ils permettent à la porte de s'ouvrir aisément. Les vertus cardinales se sont donc les gonds qui permettent d'ouvrir plus facilement la porte du bonheur. Avant de voir la liste de ces vertus, revenons un peu sur la notion de bonheur. Cela nous permettra de mieux comprendre ce qu'on désigne par le nom de vertu.

### 2.1 Le bonheur

Le mot « bonheur » est loin d'être si facile à définir, et en vérité le dictionnaire n'est pas vraiment d'un grand secours. Il a tendance à méconnaître certaines traditions philosophiques et à nous présenter des définitions qui, loin de nous faciliter la tâche pour emprunter le chemin du bonheur, risquent plutôt de nous en éloigner. Le dictionnaire confond d'abord le bonheur avec la chance ou le destin favorable. Si nous ne réfléchissons pas assez, nous pourrions dire : Oui pourquoi pas, c'est vrai que nous nous trouvons chanceux quand nous sommes heureux. Mais si nous prenons plus de temps pour réfléchir à ce que cela veut dire, cela sous-entendrait que nous ne choisirions pas notre bonheur, nous serions totalement passifs, il viendrait ou il ne viendrait pas, et nous n'y pourrions rien. Pourtant, nous constatons bien qu'un certain nombre de nos décisions ont des conséquences douloureuses voire malheureuses, cela indique que nous avons un certain impact sur notre bonheur ou sur notre malheur.

L'autre erreur que le dictionnaire nous fournit, c'est que le bonheur serait la pleine satisfaction de notre conscience. Ce n'est pas totalement faux d'ailleurs, mais nos contemporains risquent d'entendre par cette expression la satisfaction de tous nos désirs. D'où l'idée que le bonheur s'obtiendrait en recherchant les plaisirs qui seraient les satisfactions de nos désirs, d'où aussi l'impatience qui peut en découler quand nos désirs ne sont pas immédiatement satisfaits (ce qui est plutôt fréquent!).

Malheureusement, un tout petit peu d'expérience nous apprend qu'il est impossible de satisfaire tous ses désirs, et nous avons tous fait l'expérience qu'après la satisfaction d'un désir, ce n'est pas forcément le bonheur qui vient.

Par exemple, l'achat d'une belle voiture procure peut-être pendant un certain temps un certain plaisir, mais de là à dire que cela nous rend heureux, il ne faudrait pas exagérer ! Quelqu'un qui découvre qu'il est trompé par sa femme aura du mal à se convaincre qu'il ne devrait pas s'attrister puisque sa Maserati lui reste fidèle !

Qu'est-ce donc alors que le bonheur ? Thomas D'AQUIN le définit ainsi : c'est **un acte de connaissance et d'amour**. Cette définition dit trois choses qui vont nous permettre de mieux comprendre ce qu'on appelle le petit chemin des vertus :

1. Le bonheur n'est pas d'abord un état de passivité, mais c'est quelque chose qui vient accompagner une série d'actes. Le bonheur n'existe donc que si nous sommes un minimum acteur dans notre vie.
2. Le bonheur est **un acte de connaissance**, car nous ne pouvons pas être heureux dans un monde imaginaire, mais seulement dans le monde réel. Or pour vivre bien dans le monde réel, il faut bien le connaître. Non pas forcément tout connaître de lui, mais au moins le connaître un minimum. Il n'y a donc pas de bonheur sans souci de la vérité.
3. Enfin, le bonheur est **un acte d'amour**. Notre cœur est fait pour aimer et être aimé, ou plus précisément pour **aimer** et **se laisser aimer**<sup>2</sup>. Or aimer, ce n'est pas d'abord être passif, l'amour n'est pas d'abord un sentiment. L'amour, c'est plutôt **la bienveillance manifeste** : je veille sur ton bien parce que tu as du prix à mes yeux, tu es pour moi merveilles des merveilles, et ta présence même est un cadeau plus que précieux. Je suis là pour toi, avec toi, et je vais poser tous ces petits gestes qui te faciliteront la vie. Aimer ce n'est pas seulement une parole que nous prononçons – même s'il ne faut pas sous-estimer les paroles, puisque ce sont déjà des actes – aimer c'est d'abord poser des gestes concrets, gestes qui peuvent être discrets mais qui sont manifestes bien que parfois tout petits : ils se voient, ils sont bien réels, ils sont incarnés. Les larmes qui coulent le long de notre propre vallée des larmes nous empêchent parfois de voir les gestes bien réels et bien concrets que nos proches posent à notre égard. Lors d'une rupture amoureuse, par exemple, affectés par cette rupture, nous pouvons ne plus nous apercevoir des gestes pourtant présents de nos frères et sœurs, de nos parents, de nos enfants, de nos amis... Et pourtant, ces gestes sont plus présents parfois qu'il nous semble sur le moment... Ils sont précieux si nous prenons le temps d'y penser !

Cette définition du bonheur nous rappelle que nous cherchons beaucoup plus la joie que le plaisir. Le plaisir est essentiellement passif, j'éprouve le plaisir que les choses me procurent. En revanche, la joie naît de l'action. Je suis joyeux quand j'ai participé à faire quelque chose de bien pour moi-même, pour quelqu'un, pour le monde. Évidemment, le mieux c'est quand la joie s'accompagne de plaisir

---

2. C'est un acte de **se laisser aimer**, car il est possible de ne pas poser cet acte d'abandon et de refuser de se laisser aimer par quelqu'un. Il peut être paradoxal de parler d'acte de s'abandonner, mais il semble important de reconnaître que pour être aimé encore faut-il décider de se laisser aimer. Cette décision n'est pas seulement une décision spirituelle, il y a bien un engagement de notre corps dans le fait de se laisser aimer.

ou quand le plaisir s'accompagne de joie, mais paradoxalement, la joie peut s'éprouver parfois sans présence de plaisir, comme le plaisir peut s'éprouver sans aucune joie. En revanche, une joie sans plaisir élève notre âme, alors qu'un plaisir sans joie la rabaisse.

Par cette définition du bonheur que Thomas D'AQUIN nous donne, nous redécouvrons cette évidence toute simple : nous ne sommes pas heureux seuls, nous ne pouvons pas être heureux seuls. Avec Christopher MCCANDLESS, qui le redécouvre malheureusement un peu trop tard pour lui, même si ce n'est pas trop tard pour nous, nous pourrions le dire ainsi : « *Le bonheur n'est réel que lorsqu'il est partagé.* ». Nous sommes, en effet et ce malgré toutes nos blessures affectives, des êtres faits pour des relations d'amour : amour conjugal, filial, parental, d'amitié. Nous ne pouvons pas être heureux seuls, et nous sommes aussi moins seuls que ce que nous pensons souvent. Notre boussole morale est souvent faussée par la série des injustices et des impuissances que nous avons traversées. Nous ne voyons pas bien la réalité dans laquelle nous sommes pourtant plongés. Les larmes ou les souffrances déforment souvent notre vision du monde. Nous oublions parfois que par définition un ami est toujours une personne que nous ne connaissions pas auparavant ! À supposer qu'il y ait parmi nous des personnes qui se sentiraient trop seules, et que ce sentiment soit bien réel et non faussé, il est bon de leur rappeler que les amis ne sont pas seulement les amis passés, ce sont aussi les futurs amis. Or, qui peut prévoir à l'avance qu'il ne rencontrera plus jamais d'amis ? Est-ce d'ailleurs réaliste que de croire cela ? À quel âge deviendrait-il impossible de tisser de nouvelles amitiés ? Est-ce que l'âge joue un rôle dans la possibilité ou non de tisser de nouvelles amitiés ? Sommes-nous bien sûr d'ailleurs d'avoir vraiment fait le tour de nos relations présentes et de leur qualité actuelle ou potentielle ?

## 2.2 La notion de vertu

En comprenant que le bonheur est un acte de connaissance et d'amour, on comprend mieux ce qu'est la vertu. En réfléchissant un peu, nous voyons que nos parents, nos grands-parents, et aussi un certain nombre de nos professeurs, malgré leurs plus ou moins grandes imperfections, ont essayé de nous encourager à emprunter le chemin des vertus. En effet, quel parent, quel professeur voudrait apprendre à ceux qui leur sont confiés le développement des vices ?

En même temps, il n'y a pas tant de personnes que cela si conscientes et si cultivées pour être capables de nous fournir une carte juste de la géographie des vertus et des vices. Nous sommes cependant un certain nombre à avoir eu la chance de rencontrer des personnes qui pratiquaient la vertu, qui empruntaient ce chemin. Elles nous ont fortifiés, elles nous ont donné des exemples à suivre, ce qui est déjà beaucoup, ce qui est même peut-être l'essentiel. Et en même temps, il semble qu'il y ait peu de personnes, aujourd'hui, qui ont la culture suffisante, à côté de leur pratique, pour être capables d'expliquer par des mots de quoi il s'agit, pour décrire en détail le chemin des vertus.

Le chemin des vertus s'enseigne mieux par celui qui est d'abord exemplaire. Étonnamment cependant, une personne ayant plusieurs vices, peut quand même nous fortifier sur des vertus qu'elle possède par ailleurs, et parfois même sur des vertus qu'elle ne possède pas, comme si elle voulait se racheter en nous transmettant ce qu'elle n'avait pas reçu elle-même. C'est le miracle de l'amour qui nous rend capable de transmettre parfois à celui que nous aimons, ce que nous ne possédons pas nous-même, justement parce que nous estimons l'autre plus que nous-même et que nous l'encourageons à être mieux que ce que nous sommes.

Il semble qu'il y a eu une sorte de rupture de transmission d'un point de vue intellectuel concernant la notion de vertu. Parfois même, la manière d'enseigner les vertus dans les rares lieux où cela se faisait encore d'un point de vue philosophique, se faisait plus en mettant l'accent sur les interdits et les obligations alors qu'à l'origine ce n'est pas du tout de cela qu'il s'agissait. Depuis deux siècles en philosophie, la morale est le plus souvent présentée comme une morale du devoir. Ce n'est pas tellement une surprise alors, qu'on finisse par retrouver en opposition à cette morale plutôt brimante, un slogan comme celui de mai 68 : « Il est interdit d'interdire », aussi illogique soit-il d'ailleurs.

Tout semble s'être passé comme si nos ancêtres depuis deux siècles avaient tellement exagéré la morale du devoir, que nos contemporains n'en finissent plus de réclamer des droits. Et tout cela dans une frénésie qui s'accélère sans pouvoir apporter la paix de l'âme et la paix du cœur.

C'est pourquoi il est bon de revenir à cette tradition philosophique qui définit la vertu comme **une force morale**. La vertu est un peu pour notre âme, ce que les muscles sont pour notre corps. Il ne s'agit ni d'interdit ni d'obligation, ni de permission ou d'autorisation, mais plutôt de **tonus moral** nécessaire pour être heureux, un peu comme on parle de tonus musculaire.

Développer ses vertus, c'est donc développer ses forces morales qui permettent de faire face aux imprévus de la vie, de s'y adapter pour mieux vivre. Une âme vertueuse est l'équivalent d'un corps bien musclé. Le corps bien musclé affronte mieux les difficultés physiques qu'il lui faut franchir, de même l'âme vertueuse affronte mieux les difficultés morales qu'elle peut rencontrer. Les vertus ne font pas disparaître les difficultés morales comme les muscles ne font pas disparaître les difficultés physiques, mais elles permettent de les vivre mieux.

De même qu'une personne qui ne court jamais trouvera difficile voire impossible de faire un semi-marathon, de même une personne qui n'entraîne jamais ses vertus, trouvera la vie difficile, fatigante, presque insupportable. En revanche, celui qui physiquement le peut encore et qui s'entraîne régulièrement chaque semaine deviendra tout à fait capable de faire un semi-marathon même s'il ne terminera pas forcément premier. De même, celui qui ose exercer ses vertus régulièrement fait des progrès qui lui facilitent la vie et lui font apprécier tout autrement les méandres de l'existence.

Une définition synthétique et précise de la vertu se trouve dans le livre de Servais PINCKAERS qui s'intitule *Plaidoyer pour la vertu* aux éditions Parole et Silence. Il définit la vertu ainsi : **c'est une énergie éclairée par l'intelligence produisant une action bonne**. Cette énergie se fortifie avec l'exercice et la pratique. Plus nous posons des actes vertueux, plus notre puissance vertueuse augmente. Ainsi, ce qui paraît difficile au départ quand nous manquons de puissance vertueuse, finit par devenir d'une aisance tout à fait remarquable.

La vie vertueuse se caractérise par **une aisance à vivre** et ce malgré les difficultés qui peuvent cependant survenir et peser encore sur notre existence. En développant nos vertus, nous devenons plus énergiques et donc plus aptes à poser des actes de connaissance et d'amour.

Cette définition indique aussi que, sans le développement de notre intelligence, il n'est pas possible de développer nos vertus. Cette intelligence n'est pas seulement une intelligence théorique réservée à ceux qui sont doués, c'est avant tout une intelligence pratique, une perception juste de la réalité et des actes à conduire pour s'insérer dans cette réalité afin de réussir à conduire une action efficace et bonne.

Enfin, cette définition nous rappelle qu'il n'y a pas de vertus sans souci du bien, ce qu'on appelle en philosophie : le Bien Commun. Le Bien Commun, ce n'est pas l'intérêt général ou l'intérêt de la majorité. Le Bien Commun, c'est le bien qui n'exclut personne, c'est le bien qui se construit en tenant compte de la diversité des personnes. L'intérêt général lui se soucie du bien du groupe considéré, quitte à sacrifier un certain nombre d'individus pour la cause générale. Le bien de la majorité ne se soucie que de la majorité, les minorités sont exclues ou peu considérées. Quand cette majorité est absolue, la catastrophe peut déjà être grande : imaginons un pays qui exclut 49% de sa population en négligeant son bien parce qu'elle ne fait pas partie de la majorité ! Et que dire, d'un pays où la majorité ne serait que relative, où un président ne prendrait de décision qu'en faveur des seules personnes qui lui ont permis d'obtenir cette majorité relative ?

Dans la vie de famille, le bien commun, c'est le bien qui se construit avec l'ensemble des personnes qui constituent la famille. Cela suppose assez souvent de renoncer à certains désirs individuels pour trouver des désirs communs, des désirs partagés, ce n'est pas toujours simple à réaliser. C'est aussi quelque chose qui peut se faire dans la durée, nous ne réussissons pas forcément à satisfaire les désirs de chacun tout de suite et en même temps. Le bien commun demande parfois un certain renoncement à des désirs mimétiques venant de la publicité ou de diverses influences humaines, et c'est un rôle qu'il nous faut accepter en tant qu'éducateurs si nous voulons vraiment nous soucier de ceux qui nous sont confiés.

### 2.3 Le développement harmonieux des vertus

Avant de présenter les principales vertus que l'on appelle vertus cardinales, il est important de mettre en évidence un écueil fréquent qu'il nous faut éviter. Cet écueil, c'est ce que le pamphlétaire anglais G.K. CHESTERTON désignait en parlant de **vertus chrétiennes devenues folles**. Voici ce qu'il disait en 1908 :

« Le monde moderne n'est pas méchant ; sous certains aspects, le monde moderne est beaucoup trop bon. Il est plein de vertus désordonnées et décrépite. Quand un certain ordre religieux est ébranlé (comme le fut le christianisme à la Réforme), ce ne sont pas seulement les vices que l'ont met en liberté. Les vices, une fois lâchés, errent à l'aventure et ravagent le monde. Mais les vertus, elles aussi, brisent leur chaînes, et le vagabondage des vertus n'est pas moins forcené et les ruines qu'elles causent sont plus terribles. Le monde moderne est plein d'anciennes vertus chrétiennes devenues folles. Elles sont devenues folles, parce qu'isolées l'une de l'autre et parce qu'elles vagabondent toutes seules. C'est ainsi que nous voyons des savants épris de vérité, mais dont la vérité est impitoyable ; des humanitaires éperdus de pitié mais dont la pitié (je regrette de le dire) est souvent un mensonge. Mr BLATCHFORD attaque le christianisme parce que Mr BLATCHFORD a la monomanie d'une seule vertu chrétienne, d'une charité purement mystique et presque irrationnelle. Il a une idée étrange : c'est qu'il rendra plus facile le pardon des péchés en disant qu'il n'y a pas de péchés. »

G.K. CHESTERTON, *Orthodoxie*, chap. 3.

Ce qui importe ici dans ce que dit CHESTERTON dans ce texte, c'est que l'un des dangers essentiels du monde moderne, c'est d'avoir oublié que les vertus ne sont vertueuses, si l'on peut parler ainsi, que si elles cohabitent ensemble **avec harmonie**. Pour que les vertus portent leurs fruits dans notre vie, il nous faut les développer ensemble. Le courage seul ne suffit pas, nous pouvons être très courageux et profondément injuste dans notre comportement. Un violeur peut très bien être courageux et affronter tous les obstacles qui s'offrent à lui pour atteindre son but, pourtant son acte est d'une profonde injustice.

Nous pouvons défendre, au nom d'une certaine charité, l'humanité dont il faut faire preuve vis-à-vis de ceux qui commettent des actes répréhensibles, mais c'est folie que de laisser en même temps les actes odieux se faire. Autant la justice sans charité conduit à de sombres lendemains, autant la charité sans justice prépare les révoltes futures.

Pour avancer sur le petit chemin des vertus, nous avons besoin de développer en parallèle toutes nos vertus, peut-être pas exactement au même rythme, mais en ayant cependant toujours le soin de veiller au développement de toutes. Tout se passe un peu comme en musique. Si nous négligeons l'harmonie nous n'aurons que des sons dissonants. En revanche, en prenant soin de travailler notre harmonie, non seulement notre mélodie s'en trouvera enrichie, mais elle procurera la joie et la paix.

Ainsi, seule l'harmonie des vertus permet de développer la concorde entre nous. Une vertu abandonnée à elle-même sans harmonie avec les autres, est presque aussi dangereuse que les vices, car cela conduit à la discorde. La discorde ne conduit pas au bonheur, la discorde conduit à la démesure puis à la destruction.

## 2.4 Vertu et Juste Milieu

La plupart des vertus sont un juste milieu entre un vice par défaut et un vice par excès. Une vertu est donc un équilibre entre deux déséquilibres contraires. Tous ceux qui ont appris à faire du vélo peuvent alors comprendre ce que désigne le mot vertu. C'est une force morale qui s'acquiert en arrivant à doser de manière équilibrée la puissance de chacun de nos « muscles moraux » si l'on peut parler ainsi. De même qu'il faut un peu de temps et des entraînements successifs pour apprendre à faire du vélo, de même il faut du temps et des entraînements pour être vertueux. La métaphore n'est peut-être pas tout à fait exacte car il est possible de perdre une vertu (pas forcément définitivement mais au moins pour un temps), tandis qu'il est difficile de perdre la capacité de faire du vélo, même si une lésion cérébrale ou d'autres lésions corporelles, peuvent nous la faire perdre.

La métaphore du vélo est cependant utile pour comprendre combien une fois qu'une vertu est acquise elle représente bien une **aisance** à agir, et non pas une obligation ou une contrainte comme nous le laisserait croire la vision morale qu'on appelle la morale du devoir. La vertu n'est douloureuse ou pénible que dans son acquisition, et encore tout est relatif, cette pénibilité est simplement celle de tout effort que nous devons faire sur nous-même, ce n'est pas non plus une torture, il ne faudrait pas exagérer ! La vertu en revanche devient chaque jour de plus en plus une aisance à agir, et l'effort que l'on fait en devient à peine perceptible.

Pour comprendre la notion de juste milieu, il est utile de prendre un exemple concret. Regardons la vertu de courage. Elle est un juste milieu entre la couardise et la témérité. La couardise, c'est le fait de ne pas oser agir comme il faudrait agir selon les circonstances présentes. La couardise, ce n'est pas

seulement avoir peur, mais c'est laisser la peur décider à notre place. La témérité, c'est agir trop vite, de manière trop précipitée et de manière peu ajustée à la situation. C'est prendre des risques inutiles qui ne conduiront pas à une résolution heureuse et qui peuvent entraîner des conséquences fâcheuses voire désastreuses pour notre propre vie ou la vie d'autres personnes concernées. Le courageux n'est donc pas celui qui n'a pas peur, comme ce n'est pas forcément celui qui a le désir d'agir. Le courageux, c'est celui qui agit malgré sa peur ou malgré l'absence de désir d'agir car les circonstances présentes réclament son action. Le courageux, ce n'est pas l'homme du devoir qui agirait parce qu'un devoir moral s'imposerait à lui comme s'il était un esclave victime d'un maître autoritaire. Le courageux, c'est l'homme intelligent qui a compris que pour garantir son bonheur et le bonheur de ses proches, il lui fallait poser des actes précis dès maintenant, qu'il ait peur de les poser ou qu'il ne ressente pas actuellement le désir d'agir.

Ainsi ce juste milieu se trouve grâce à l'intelligence pratique qui correspond à ce qu'on appelle **la vertu de prudence**. Cette vertu ne possède pas de vice par excès, car nous manquons toujours un peu d'intelligence pratique, nous n'en avons jamais trop. La prudence nous permet de trouver le juste milieu idoine de manière rapide en tenant compte des circonstances présentes et du moment opportun, notion que les Grecs anciens désignaient par le mot de **kaïros**.

Il faut parfois, pour garantir la paix familiale, oser dire certaines choses à nos enfants. Nous ne pouvons pas les laisser faire toutes les actions que leurs désirs leur dictent. Il nous faut savoir leur dire non d'une manière douce évidemment, c'est mieux, mais de manière ferme aussi. Il en va de leur protection présente mais aussi future, il en va parfois aussi de la protection de nos autres enfants ou de nous-mêmes. En revanche, il y a un temps pour le dire et un temps où il est inutile, voire contre-productif, de le dire. Ce temps n'est pas toujours facile à trouver. Attendre trop risque d'entretenir une injustice ou une imprudence, mais attendre trop peu risque de blesser de manière inconsidérée sans réussir à protéger réellement la personne. En même temps, il ne faut pas confondre blesser l'autre et être cause d'une frustration justifiée. Il est totalement erronée de croire que la frustration serait incompatible avec le bonheur. Il est tout à fait possible d'être frustré et heureux, et c'est tant mieux puisque la frustration est inévitable, étant donné la multitude des désirs irréalisables que nous pouvons attraper dans notre société de consommation.

## 2.5 Les vertus cardinales

Nous arrivons enfin aux vertus cardinales. Les voici :

1. La vertu de **force** que l'on désigne aussi par la notion de **courage** ;
2. La vertu de **tempérance** que l'on désigne aussi par la notion de **modération** ;
3. La vertu de **justice** qui est si importante pour la vie en famille, la vie au lycée, la vie en société ;
4. Et enfin la vertu de **prudence** qu'ARISTOTE appelle la **mère des vertus** puisqu'elle permet de développer toutes les autres en leur fournissant leur juste milieu et leur **kaïros**, le moment opportun.

Les auteurs chrétiens ajoutent trois vertus à ces vertus cardinales. Ils les appellent les **vertus théologiques** car elles prennent leur source en Dieu, par notre étude de Dieu, par notre méditation

en Lui, et par notre résolution constante de vouloir l'imiter, de le choisir comme modèle de vie. C'est dire pourquoi les chrétiens accordent tant d'importance à l'incarnation de Dieu en la personne de son Fils Jésus. Comment un homme pourrait-il réussir à imiter un pur esprit ? Ne serait-ce pas quelque chose d'impossible à faire pour celui qui est un être corporel ?

Ces vertus théologales sont la Foi, l'Espérance et la Charité. Nous ne les développerons pas ici car cet article s'adresse à tous et pas seulement aux chrétiens.

Cependant, il semble important de dire quelques mots sur la charité. Il est en effet heureux de constater que les personnes charitables ne sont pas seulement des personnes chrétiennes. Un athée peut très bien être plus charitable que certains chrétiens : la notion de charité nous concerne donc tous. Il semble intéressant de voir ce que dit Thomas D'AQUIN sur la charité, même si évidemment cela peut surprendre le non-chrétien.

### 2.5.1 La charité

La charité est une amitié particulière selon lui, c'est **l'amitié avec Dieu**, c'est-à-dire **la bienveillance manifeste réciproque vis-à-vis de notre Créateur**. Cette amitié avec Dieu nous fournit la force, que nous n'aurions pas humainement sans elle, de faire preuve de bienveillance manifeste vis-à-vis de ceux qui ne sont pas bienveillants envers nous. C'est pourquoi, on dit que la charité c'est la bienveillance manifeste même pour ses ennemis.

La sagesse chrétienne consiste à reconnaître que nous sommes souvent trop faibles pour réussir à être bienveillants vis-à-vis de celui qui nous fait du mal. Nous ressentons trop souvent le désir de vengeance, qui peut très bien se cacher, d'ailleurs, derrière le désir de justice. La sagesse chrétienne, c'est donc de reconnaître que nous ne sommes pas toujours assez puissants pour poser des actes bienveillants vis-à-vis de ceux qui nous ont fait du mal sans l'obtention d'une énergie supplémentaire qui ne vient pas de nous.

En revanche, de manière mystérieuse, la charité est possible, et ce même, bien évidemment, pour les athées. D'un point de vue chrétien, il est assez facile de le comprendre, Dieu n'aime pas seulement ceux qui croient en Lui, Dieu aime toute créature qu'il a créée. Si nous résumons ce qu'Augustin D'HIPPONE disait, nous dirions : il y a en ce monde deux cités, la cité de Dieu, c'est-à-dire la cité de la charité et du pardon, et la cité du Mal, c'est-à-dire la cité de la vengeance, et nous sommes tous  **finalement**  un habitant de l'une ou de l'autre, exclusivement. C'est-à-dire que, consciemment ou non, nous décidons en définitive d'habiter soit l'une soit l'autre, il est impossible d'habiter les deux,  **finalement** . Le mot « finalement » a énormément d'importance ici. Cela veut dire selon Augustin D'HIPPONE qu'un chrétien qui aurait été charitable pendant la majeure partie de sa vie mais qui choisit à la fin de sa vie d'entrer dans un cycle de vengeances ou de mauvaises actions, décide finalement d'être citoyen de la cité du Mal. De même une personne qui aurait été un persécuteur injuste pendant une bonne partie de sa vie, mais qui en âme et conscience à un moment clé de son existence choisit définitivement d'abandonner le cycle de la vengeance et de la violence pour n'être que bonté et force de pardon, devient par ce choix habitant de la Cité de Dieu.

Certains pourraient voir dans cette manière de voir que nous propose Augustin, un manque de justice vis-à-vis des atrocités commises, mais n'est-ce pas juger un peu rapidement que de penser cela ? Augustin ne nous invite-t-il pas plutôt à considérer que cette personne qui nous semble choisir une

mauvaise route pour l'instant deviendra peut-être demain une source réelle de bien ? Et ne nous incite-t-il pas aussi à être plus prudent vis-à-vis de nous-même qui pouvons parfois nous croire suffisamment fort pour résister à l'attrait de la mauvaise route ?

Revenons maintenant aux quatre vertus cardinales.

### 2.5.2 Le courage

Le courage est un juste milieu entre la couardise et la témérité. Pouvons-nous nous insérer aujourd'hui dans la vie active sans faire preuve d'un minimum de courage ? Pouvons-nous conserver un emploi sans courage ? Nous voyons ainsi que le manque de courage, c'est-à-dire la faiblesse morale face aux efforts qu'il nous faut pourtant faire, est source de tristesse future. Il y a de nombreuses choses à dire sur la vertu de courage mais ici nous nous contenterons de distinguer deux formes de courage qui nous sont utiles pour conduire notre vie.

Il y a d'abord le courage que les Anciens désignaient par le mot grec *dynamis* : c'est l'énergie agissante, la prise d'initiative, le sens de l'effort au sens où il faut initier un nouvel effort. Ensuite, il y a le courage qui peut se désigner par le mot latin *firmitas*. C'est la fermeté de l'âme face aux épreuves. C'est le fait de tenir bon dans les actions que nous avons à entreprendre et ce malgré les obstacles qui peuvent se dresser devant nous.

Il existe de nombreuses vertus qui dépendent du courage, telles la patience, la persévérance, la magnanimité, la magnificence. Cependant, nous ne développerons ici que la vertu de patience tant elle est importante.

### 2.5.3 La tempérance

La tempérance est une vertu indispensable pour s'épanouir dans la vie. Il n'y a pas de relations humaines apaisées sans développement de la tempérance. La tempérance, c'est la modération des désirs, de la recherche des plaisirs, ainsi que la modération des émotions. Aujourd'hui, on aurait plutôt tendance à parler de gestion des émotions ou de développement de l'intelligence émotionnelle. Elle est essentielle car elle préserve notre jugement afin de prendre des décisions justes et appropriées aux circonstances présentes.

La tempérance n'est pas l'absence de plaisir ou le refus des désirs, c'est plutôt la force morale de trier ses désirs pour qu'ils portent le plus de fruits positifs possibles. Nos désirs étant souvent mimétiques, ils s'attrapent aussi vite que des virus à cause des influences de la mode, des publicités, de nos relations humaines affectives. Les trier pour conserver ceux qui comptent vraiment pour nous est véritablement une tâche essentielle pour être heureux.

Les Anciens envisageaient des vertus filles de la tempérance comme la chasteté, la sobriété, mais aussi la vertu de douceur qui est si importante dans notre vie qu'elle est l'un des buts principaux de cet article.

### 2.5.4 La justice

Cette vertu est essentielle dans les relations humaines et malheureusement par manque de tempérance, elle est sans doute trop souvent négligée. Quand CHESTERTON parle de l'Occident comme

le théâtre de vertus chrétiennes devenues folles, il vise en grande partie la diminution du souci que les Occidentaux, et malheureusement bien d'autres aussi, ont pour la vertu de justice.

La justice c'est la force morale de donner à chacun, dont nous-même, selon son dû. Concrètement, c'est la force morale de répartir équitablement les richesses et les tâches. Il ne peut y avoir justice sans réflexion préalable vis-à-vis de la notion d'égalité. Et, nous avons beau être français et avoir pour devise nationale « liberté, égalité, fraternité », il n'est pas du tout évident que nous sachions quelle est l'égalité qui convient en fonction des circonstances considérées. En effet, il y a déjà trois formes d'égalité : l'égalité stricte, c'est-à-dire la même chose pour tous, l'égalité proportionnelle qui suppose de se mettre d'accord sur des critères de répartition calculables, et l'équité, qui est la juste répartition selon le mérite de ce qui n'est pas calculable car non mesurable, non mathématisable. Nous n'avons pas le temps de développer tout cela dans cet article, mais notons cependant que la notion de justice demande de bien comprendre ce qu'est la notion de Bien Commun qui se distingue de l'intérêt général, de l'intérêt de la majorité, ou de l'intérêt de la minorité.

### 2.5.5 La prudence

Comme la prudence est la mère de toutes les vertus selon ARISTOTE, il est important de bien la développer en nous. En effet, nous ne pouvons pas être heureux sans prudence. Être prudent n'est pas une obligation qui nous viendrait d'une quelconque autorité morale, comme le pensent souvent tous ceux qui ont été influencés plus ou moins par ce qu'on peut désigner par « morale du devoir ». La prudence est plutôt une nécessité vitale, un véritable besoin. Elle est tout aussi importante pour être heureux que l'eau ou l'oxygène.

Quel défenseur de la liberté oserait aujourd'hui soutenir qu'il est injuste d'être obligé de respirer ? Comment un besoin pourrait-il être une injustice ? N'est-ce pas plutôt la non satisfaction d'un besoin qui s'avère être une injustice ? Et bien, de même qu'il serait injuste d'empêcher quelqu'un de respirer ou d'organiser les choses de telles manières qu'il soit obligé de payer son oxygène, de même il est injuste d'empêcher quelqu'un de développer sa vertu de prudence. Or, cette injustice se réalise à chaque fois que nous oublions d'apprendre à nos enfants ce qu'est la prudence, comme il serait injuste d'oublier d'apprendre à nos enfants comment il faut s'y prendre pour se nourrir. Rejeter la prudence, c'est finalement être fâché avec la vie elle-même.

La prudence, c'est la force morale de faire ce qu'il faut faire pour le bien en fonction des circonstances du moment présent. Le mot grec qui la désigne, c'est le mot **phronésis**, qui se traduit par **intelligence pratique**. L'intelligence pratique, c'est cette intelligence qui nous permet de nous adapter au monde réel pour y vivre le mieux possible. Qui voudrait, en ce sens bien compris, se passer de prudence pour être heureux ?

C'est la vertu de prudence qui fournit le juste milieu qui permet de savoir trouver le courage approprié à la situation, la limite à ne pas dépasser dans l'expression de nos émotions, ou la juste répartition des biens et des tâches. C'est elle aussi qui permet de trouver le **kaïros**, c'est-à-dire le moment opportun pour que l'action soit effectivement bonne.

### 3 Importance de l'amitié

ARISTOTE considère qu'il nous est impossible de progresser sur le petit chemin des vertus sans amitié. L'amitié est pour lui la condition nécessaire du progrès dans les vertus. Pour comprendre pourquoi il dit cela, il faut rappeler ce qu'il désigne par le mot amitié, et surtout par contraste ce qu'il désigne comme étant de fausses amitiés. Il définit l'amitié comme **la bienveillance manifeste réciproque**. C'est-à-dire cette force morale, et non simplement ce sentiment, qui nous permet de veiller jour après jour sur le bien de notre ami, en posant des gestes concrets de manière régulière et sans lassitude malgré le temps qui passe. La spécificité de cette amitié dont il parle, c'est qu'elle est réciproque : je protège mon ami, mon ami me protège aussi.

L'amitié permet de tenir bon dans les épreuves où nous perdons confiance en l'avenir, où le découragement nous envahit. Dans ces moments, nos amis sont là pour nous aider à remonter la pente, ils sont là pour nous détourner tant bien que mal de nos émotions négatives. Certes, ce n'est pas toujours facile pour eux, mais sans eux ce serait certainement beaucoup plus difficile encore !

ARISTOTE précise aussi qu'il y a de fausses amitiés, et exactement deux sortes de fausses amitiés : ce qu'il appelle l'amitié selon le plaisir et l'amitié selon l'intérêt. L'amitié selon le plaisir vise le plaisir immédiat. Tant que le plaisir dure, l'amitié dure. Mais dès qu'un événement désagréable se produit, l'amitié se rompt, car l'absence de plaisir pour un temps suffit à mettre fin à la relation. L'amitié selon l'intérêt est plus trompeuse encore car celui qui est dans l'amitié selon l'intérêt est plus intelligent. Il a compris que le plaisir n'est pas forcément profitable à long terme. Il sait donc faire preuve de patience pour obtenir les choses qui l'intéressent, il peut donc apparaître comme un véritable ami car il semble beaucoup plus fidèle dans le temps. Cependant, dans l'amitié selon l'intérêt, ce qui intéresse l'ami en question, ce n'est pas le bien de son ami, mais son propre bien. L'amitié selon l'intérêt n'est pas une amitié véritable mais plutôt la patience du rusé, la patience de l'hypocrisie intelligente.

Ces trois catégories ne suffisent pas à décrire la complexité des relations humaines et la complexité des personnes. Les personnes peuvent être prises par plusieurs types d'amitié en même temps, c'est ce qui fait parfois la difficulté à bien se comprendre. Néanmoins, la distinction aristotélicienne semble utile pour bien comprendre ce qu'est la véritable amitié. La véritable amitié, c'est le fait de veiller sur le bien de notre ami sans attendre quelque chose en retour. Cependant nous ne sommes pas perdant car notre ami veille aussi sur notre bien sans attendre quelque chose en retour. Obtenir quelque chose en retour est toujours source de réjouissance, mais nous n'agissons pas quand nous agissons en ami pour le retour que nous obtiendrons, nous agissons **pour le bien** de notre ami. Le retour que nous obtenons est un cadeau supplémentaire, non quelque chose qui est d'abord recherché.

Quand nous prenons le temps de réfléchir à l'amitié définie ainsi, nous nous apercevons assez rapidement que de très forts désirs habitent nos cœurs, que ces désirs ne sont pas des désirs mimétiques que nous aurions attrapés par telle ou telle influence mais que ces désirs sont vraiment personnels. Nous désirons voir nos enfants devenir nos amis pour la vie, comme nous désirons voir nos parents devenir nos amis pour la vie, comme nous désirons voir nos frères et sœurs devenir nos amis pour la vie. Serait-ce choquant d'étendre ces désirs aux grands-parents, aux oncles et tantes, et aux cousins et cousines ? N'y a-t-il pas aussi, au fond de notre cœur, un désir d'amitié avec tout humain ?

Le drame de notre existence, c'est que malheureusement cette amitié véritable que nous souhaitons ne se réalise pas toujours, soit en raison de notre comportement peu vertueux à certains moments, soit en raison du comportement peu vertueux de ceux que nous aimons. Cette frustration de ce désir fondamental peut faire naître du ressentiment en nous, de la souffrance aigrie. Elle peut faire couler des larmes sur notre visage. Cette souffrance, ces larmes, peuvent alors venir déformer notre perception du réel. Ces larmes peuvent venir masquer le fait que si notre père, par exemple, ne nous rend pas l'affection que nous lui portons, nos enfants nous la rendent, ou peut-être que si notre conjoint se sépare de nous, cela n'enlève en rien l'amitié fondamentale que notre mère nous porte, que notre frère ou sœur nous porte, que nos enfants nous portent.

C'est pourquoi, l'expression « vallée des larmes » est si importante. Nous avons souvent plus d'amis qu'il nous semble car la souffrance qui nous informe de la disparition d'une amitié oubliée de mettre en évidence que de nombreuses autres amitiés n'en seront peut-être que plus renforcées.

Enfin, en tant que parent, nous sommes appelés à être des amis fidèles pour nos enfants. Nous sommes appelés à veiller sur eux jusqu'à ce que la mort nous sépare, car le divorce d'avec ses enfants est impossible. Cette impossibilité n'est pas une impossibilité juridique seulement, c'est une impossibilité réelle qui est inscrite dans notre cœur et dans celui de nos enfants.

Dans l'intimité de notre cœur, ne devons-nous pas reconnaître qu'il existe un rêve de voir une amitié pleine et entière s'épanouir avec chacun de nos enfants ? Amitié fidèle qui durerait jusqu'à la fin de notre vie, et si possible, après ?

Voyant ce désir d'amitié vraie qui habite le cœur des hommes, l'histoire des hommes n'en apparaît que plus mystérieuse. Comment expliquer que nos sociétés, que notre Éducation Nationale, ait tant oublié l'importance des vertus, l'importance de l'amitié vraie ? Le souci d'apprendre les vertus à nos enfants est inscrit dans nos cœurs en raison même du désir d'amitié que nous leur portons ! Pourquoi donc en parler si peu ?

L'amitié est la première motivation au développement de nos vertus : nous désirons par amitié faire le bien de nos amis, et même celui qui s'apprécie peu lui-même peut désirer faire le bien pour ses amis !

Si nous voulons vraiment être heureux, si nous voulons que nos enfants le soient aujourd'hui et dans leur vie future, il nous faut nécessairement développer le sens de la véritable amitié, l'encourager, le chérir, le protéger.

Ce n'est certes pas le confondre avec le sens de la camaraderie ou du copinage. La camaraderie, c'est au départ le fait de partager la même chambrée, c'est-à-dire de manière plus générale de partager les mêmes conditions de vie pour un temps. Le copinage, c'est au départ le fait de partager le même repas. Par ailleurs, les jeunes utilisent assez souvent aujourd'hui le mot « pote » pour désigner ce qu'ils prennent pour des amitiés. En utilisant ce mot « pote », ils pensent sans doute faire preuve de modernité pour ne pas dire d'actualité. Ils ne savent pas que le mot « pote » est un vieux mot de la langue française qui vient du mot « poteau ». Ces deux mots, « pote » ou « poteau » désignent l'idée de camaraderie, ce n'est sans doute pas tout à fait l'idée de partager la même chambrée, mais c'est bien celle, qui est assez proche, d'avoir été planté à côté pour un temps. Il y a cependant un monde entre la camaraderie et l'amitié, comme il y a un monde entre « nos potes » et nos amis. La langue française est assez riche pour nous le rappeler ! Avant 1940, « un pote », c'est un chef de bande, et

évidemment non pas d'une bande d'amis, mais une bande de bandits ! On peut donc être très loin de l'amitié véritable qui consiste à veiller sur le bien de nos amis ! Car comme le disait déjà ARISTOTE, il n'y a pas d'amitié dans la malhonnêteté ! Il faut reconnaître cependant qu'un camarade, un copain, ou un pote, peut devenir un véritable ami. Ensemble nous pouvons apprendre à fortifier nos vertus.

## 4 Importance de notre journée

Avant d'arriver enfin au but de cet article qui est de montrer à quel point les vertus de douceur, de patience mais aussi la vertu d'humilité sont importantes pour conduire notre vie et développer notre bonheur, il faut redire l'importance que comporte dans notre organisation personnelle, l'organisation de notre journée.

Dans ce monde remplis d'activités diverses et variées, activités professionnelles, activités familiales, amicales, bénévoles, ou activités de loisirs, quand il ne s'agit pas tout simplement de la place importante que prennent nos divertissements, nous pouvons facilement croire que ce qui compte c'est notre agenda au sens de notre semainier ou de notre agenda mensuel ou annuel. Nous avons bien l'habitude de noter sur notre agenda les choses à faire pour la journée, mais comme nous avons aussi les nombreuses journées à venir sous les yeux, nous pouvons aisément sous-estimer l'importance de notre journée présente.

C'est pourquoi, il est bon de se rappeler ce conseil évangélique : « **Ne vous inquiétez donc pas du lendemain : demain s'inquiétera de lui-même. À chaque jour suffit sa peine.** »<sup>3</sup>. Pour développer nos vertus ainsi qu'aider nos enfants à développer les leurs, il nous faut nous recentrer sur notre journée, à ce que nous pouvons faire dès aujourd'hui. Non pas en nous mettant une pression qui augmenterait encore plus le stress que la société fait déjà assez peser sur nous, mais en nous permettant de poser les actes qui sont possibles, sans doute tout petits, mais pourtant si importants. C'est pourquoi François DE SALES nous recommande de prendre un peu de temps chaque matin et chaque soir pour faire le point sur notre journée.

Paradoxalement, ces petits temps pris pour organiser notre journée, au lieu d'alourdir nos agenda pourtant déjà si chargés, nous aide à les alléger. Cela nous permet en effet de remettre le bon ordre dans nos priorités. Prendre ce temps quotidien, c'est en fin de compte prendre le temps d'écouter notre petite voix de la conscience, celle que Thomas D'AQUIN, avec d'autres, désignait sous le terme de **syndérèse**. La syndérèse, c'est la petite voix qui nous incite à faire le bien et murmure en nous contre le mal. Le terme de **murmure** dit bien à quel point cette voix est légère et fragile. Nous risquons fort de ne pas l'entendre à cause des différents bruits du monde et des tourments bruyants de notre âme. C'est pour cette raison que l'on dit souvent qu'il n'y a pas de développement des vertus sans développement de l'intériorité. L'intériorité désigne cette capacité que nous pouvons développer en nous de faire silence pour apprendre à écouter les murmures de notre cœur. C'est une capacité d'écoute qui sait faire la différence entre les paroles fortes de nos différents désirs ou de nos différentes émotions, et les murmures quasi-silencieux de notre cœur.

C'est pour toutes ces raisons que nous pouvons recommander la méthode du **bullet journal** inventé par le jeune designer new-yorkais, Ryder CAROLL. C'est une méthode qui peut paraître trop

---

3. Matthieu, 6, 34.

simple face à nos appareils hyper-technologiques, puisqu'elle n'utilise qu'un carnet et des crayons. Mais en réalité, c'est une méthode qui demande justement de développer ses vertus et le sens intime de l'importance de chaque journée. De nombreux sites internet en parlent aujourd'hui, malheureusement, il s'agit souvent plus de scrapbooking, c'est-à-dire de loisir créatif, que de véritable **bullet journal**. Heureusement, Ryder CAROLL est en train de nous écrire un livre qui devrait sortir au moins en anglais à l'automne, afin de mieux nous faire comprendre les principes fondateurs de sa méthode.

## 5 Douceur, patience et humilité

Nous arrivons enfin à la présentation des vertus de douceur, de patience et d'humilité. En parlant de ces vertus, nous nous inscrivons dans la filiation intellectuelle de François DE SALES qui lui-même reprend le conseil de Paul de Tarse : « En toute humilité, douceur et patience, supportez-vous les uns les autres avec charité »<sup>4</sup>.

Pourquoi donc la douceur, la patience et l'humilité sont-elles si importantes ?

D'abord précisons ce qu'on appelle vertu de douceur. La vertu de douceur, c'est la vertu qui modère notre colère. La colère n'est pas forcément une mauvaise chose dans le sens où la colère est une émotion qui normalement nous avertit de la présence d'une injustice et qui nous avertit aussi de la cause de cette injustice. Malheureusement notre colère se trompe assez souvent, pas forcément tout le temps, mais assez souvent quand même. Notre colère se trompe assez peu sur la perception de l'injustice même si elle peut quand même exagérer sa gravité, en revanche il est assez fréquent que notre colère se trompe dans l'attribution des responsabilités. Il est assez fréquent par exemple de ressentir de la colère pour notre conjoint ou nos enfants, alors même qu'en réalité nous sommes en colère contre nous-même. C'est ce que l'on peut appeler **un transfert de responsabilité**.

La douceur, c'est donc la force morale qui va nous permettre de modérer notre colère pour que nous puissions poser les actes qui conviennent. Remarquons déjà que **ressentir** de la colère ce n'est pas la même chose que **se mettre** en colère. La douceur, ce n'est pas forcément ne plus ressentir de colère déplacée, mais plutôt réussir à garder le contrôle de notre corps pour que nous ne posions pas d'actes inconsidérés : des paroles ou des gestes blessants.

Quand nous comprenons l'importance de l'amitié dans notre vie, nous comprenons aussi que la colère, ne fortifiant pas nos amitiés mais plutôt les fragilisant, risque de nous empêcher de progresser sur le petit chemin des vertus. Il est donc recommandé si nous voulons fortifier nos amitiés, d'éviter de nous mettre en colère injustement ou démesurément, et donc de développer notre vertu de douceur.

Ce développement de la douceur ainsi entendue, est assez compréhensible. Cependant, il y a une autre douceur qu'il nous faut développer, c'est la douceur vis-à-vis de nous-même. Plus souvent qu'il n'y paraît, nous pouvons être en colère contre nous-même. Cette colère n'est pas toujours une colère vive, elle peut être une colère sourde et même une **petite** colère sourde. Cependant, même une petite colère sourde contre soi, à partir du moment où elle est injustifiée, risque d'être dangereuse. Cette petite colère peut nous transformer petit à petit en hommes ou femmes de ressentiment, elle peut empoisonner notre âme. Cela vient bien souvent du décalage qui existe entre l'image que nous nous faisons de nous-même, et ce que nous sommes effectivement capable de faire ; nous pouvons nous

---

4. La Bible de Jérusalem, Épître aux Éphésiens, 4, 2.

en vouloir d'être trop petits. Il n'est pas si facile dans notre monde actuel de reconnaître toutes nos fragilités et nos faiblesses. Dans un monde où c'est surtout la pyramide sociale qui compte, c'est-à-dire la réussite sociale, celui qui se sent fragile risque fort de se sentir dévalorisé. Il peut s'en vouloir d'être si peu capable dans tel ou tel domaine. C'est pourquoi la douceur à l'égard de soi est si importante : il n'y a pas de honte à être fragile, puisque de toute façon notre mortalité et notre condition humaine font que nous le sommes tous.

La patience, c'est la vertu qui dépend du courage, celle qui nous permet de tenir bon dans le temps face aux épreuves qui surgissent. Précisément, la patience c'est tenir bon quand les temps sont difficiles pour nous : nous souffrons, les tâches à faire sont pénibles. La patience, c'est la force morale qui nous permet de ne pas baisser les bras face à une difficulté. Dans ce sens, elle nous permet d'accepter l'attente, qui parfois est douloureuse. En revanche, elle diffère de la persévérance qui nous permet de tenir bon dans l'investissement que nous devons produire, alors même que le désir et la motivation ne sont plus sensibles. Je ne dis plus : « le désir et la motivation ne sont plus là » ; car une motivation peut être toujours présente même si nous ne la sentons plus. Notre capacité de sentir nos désirs, nos émotions, nos sentiments, peut elle aussi être déboussolée par la présence de désirs ardents, d'émotions ardentes, qui masquent les autres désirs, les autres émotions.

Là encore, la patience, ce n'est pas simplement le fait d'être patient avec les autres, mais c'est aussi et peut-être même d'abord le fait d'être patient avec soi. Il nous faut du temps pour développer certaines vertus. Le développement de certaines vertus requiert des efforts qui peuvent être pénibles sur le moment, mais aussi pénibles dans leur répétition qui apparemment apporte trop peu de fruits ou trop lentement. Pourtant, il n'y a pas de croissance morale sans maturation. Or, par définition, la maturation prend du temps. Nous pouvons inventer n'importe quel véhicule qui accélère nos déplacements physiques, les transports moraux ne relèvent pas de la technologie. Nous ne pouvons pas accélérer certaines maturations. Comme le disait déjà BERGSON, que nous le voulions ou non, nous sommes bien obligés d'attendre que le morceau de sucre fonde dans le café ! De même que la progression musculaire demande d'attendre que les fibres musculaires se tissent, de même la progression morale demande sans doute que les connexions neuronales se tissent<sup>5</sup>. Les processus biologiques prennent du temps, croire que nous pouvons déclencher un processus biologique comme nous appuyons sur un interrupteur électrique, c'est confondre le biologique avec le mécanique.

Par ailleurs, nous sommes inégaux vis-à-vis de ce qu'on appelle les vertus innées. Certains d'entre nous sont naturellement plus courageux que d'autres, tandis que d'autres sont plus tempérants. C'est ce qu'on désigne par le mot de **tempérament**, et nous savons bien que dans une même famille, tous n'ont pas le même tempérament. Nous ne partons pas tous avec les mêmes talents, ils sont très différemment répartis. En revanche, nous en avons tous, mais ce ne sont pas forcément ceux que nous désirerions avoir, et là encore les larmes de la frustration, face au constat terrible que nous n'avons pas ce talent, peuvent venir déformer la perception de notre propre réalité et nous empêcher de voir les talents que nous avons pourtant déjà.

La tradition aristotélicienne appelle **caractère** le résultat de nos décisions successives sur notre

---

5. Quand Thomas D'AQUIN, en reprenant ARISTOTE, définit l'âme comme la forme du corps, il rend aussi possible la compréhension des phénomènes moraux par la complexité du cerveau, même si à son époque la découverte des neurones n'avait pas été faite.

tempérament. Ainsi avoir un mauvais caractère ne veut pas dire que nous avons un mauvais tempérament, mais plutôt que nous n'avons pas appris à le faire fructifier en fortifiant les vertus qui nous manquaient. De même, une personne qui a bon caractère, est en définitive une personne qui est devenue vertueuse et qui n'avait pas forcément au départ un tempérament facile à vivre pour les autres. Pour le dire autrement, le caractère, c'est ce que nous décidons de développer en nous, le tempérament, c'est ce qui nous est donné au départ. Si aujourd'hui nous avons un mauvais caractère, nous pouvons le modifier pour qu'il devienne un bon caractère, c'est justement cela la véritable liberté humaine. Bien sûr, dans un premier temps nous pouvons subir notre tempérament comme nous pouvons subir notre mauvais caractère et le faire subir aux autres. C'est justement pourquoi, il nous faut de la patience envers nous-même : il serait illusoire de croire qu'il est possible d'acquérir un bon caractère en peu de temps et sans effort. Ainsi, il nous faut faire preuve de douceur avec nous-même car se mettre en colère contre soi risque fort de nous décourager dans les efforts à faire pour améliorer notre caractère.

Les Anciens avaient un joli mot pour décrire cela. Ils parlaient de la vertu de **mansuétude**, qui désigne étymologiquement le fait de conduire par la main grâce à l'habitude. Pour mieux comprendre, on peut comparer la mansuétude au fait d'appriivoiser un animal sauvage. Chacun sait que pour apprivoiser un animal sauvage il faut petit à petit lui apprendre à nous faire confiance en le nourrissant, en lui tendant de la nourriture dans notre main. Il faut parfois de longues semaines avant qu'un animal sauvage nous fasse confiance. Il en va de même avec nous-même, il faut parfois beaucoup de temps pour apprivoiser certaines de nos faiblesses et peu à peu les transformer pour qu'elles deviennent des forces.

Enfin, pour réussir à emprunter avec sérénité le petit chemin des vertus, il ne suffit pas de douceur et de patience, mais il nous faut aussi de l'humilité.

L'humilité se confond souvent dans l'esprit de nos contemporains avec l'humiliation. En un sens, ils n'ont pas tout à fait tort, il y a bien un point commun, c'est l'origine étymologique que l'on retrouve dans le mot **humus**, la terre, la terre féconde. L'humiliation, c'est le fait d'être rabaissé, d'être mis à terre, d'être terrassé. Cela fait peur, cela fait mal, car c'est dévalorisant et c'est parfois annonciateur de mort, de mise en terre.

L'humilité, c'est autre chose. C'est le fait de se faire petit, c'est décider de poser un genou à terre, pour ne pas indisposer l'autre ou les autres par notre présence. C'est une décision libre qui se fait par souci de l'autre. Ce n'est pas un manque de souci de soi, même si ceux qui manquent de confiance en soi peuvent aussi être humbles. C'est plutôt la force morale de choisir de se faire petit pour le bien de l'autre.

Il est important pour nos relations amicales, nos relations amoureuses, nos relations parentales, de développer notre humilité. Car en nous faisant petits, nous permettons à l'autre de grandir, de prendre ses responsabilités, de prendre des initiatives. L'humilité de la personne en responsabilité est indispensable au développement du principe de subsidiarité. C'est essentiel pour notre pays, nos institutions, nos associations, nos entreprises, et nos familles.

Mais l'humilité ce n'est pas seulement se faire petit pour laisser la place à l'autre, c'est aussi se faire petit pour se laisser à soi-même sa propre place. Trop souvent, nous nous imaginons plus forts que nous le sommes, plus solides que nous le sommes, plus capables que nous le sommes. Nous

sur-estimons ce dont nous sommes capables et à cause de cette sur-estimation de soi, nous organisons notre vie de telle manière que nous rendons quasiment impossibles nos propres progrès.

Une métaphore musicale peut sans doute nous faire comprendre de quoi il s'agit. Pensons à la musique de Jean-Sébastien Bach qu'on appelle la Toccata et fugue en ré mineur (BWV 565) plus connue comme étant le générique du dessin animé, *Il était une fois l'homme*. En tant que musicien, il est tout à fait compréhensible qu'on puisse éprouver le désir d'être capable de jouer cette fugue. Pourtant, pour pouvoir réussir à la jouer correctement, il faut des années d'entraînement. Cela n'aurait vraiment aucun sens de demander à un organiste débutant ou à un pianiste débutant de jouer cette musique dès la première année. Et le musicien débutant qui se mettrait la pression pour réussir à la jouer trop vite, manquerait sérieusement des vertus nécessaires pour le faire. En revanche, étape par étape, le débutant peut, par des exercices répétés et réguliers dans le temps, acquérir le niveau qui lui permettra de la jouer avec aisance.

L'humilité vis-à-vis de soi, c'est cela : réussir à évaluer correctement le niveau que nous avons, non pas pour nous rabaisser, mais justement pour nous donner les chances de progresser. Il est en effet quasiment impossible de progresser en sautant plusieurs paliers, en sautant d'un bon plusieurs niveaux, il nous faut franchir tous les niveaux un à un. Être humble avec soi, c'est par exemple accepter de ne pas être assez courageux en le reconnaissant humblement, mais de continuer à s'efforcer de progresser pour faire petit à petit des progrès assurés.

Il en va pour les vertus comme pour la musique. Le musicien qui veut progresser doit s'entraîner chaque jour, et si possible plusieurs fois par jour même si à chaque fois c'est un tout petit peu. On progresse beaucoup plus vite en musique par la répétition régulière de petits exercices, que par les grands bons en avant où nous bloquons plusieurs heures d'affilée. À vouloir franchir trop vite les niveaux, les bonnes habitudes ne sont pas prises avec efficacité et la moindre contrariété, le moindre stress rendra impossible la bonne prestation.

L'humilité, c'est se faire petit avec soi pour se donner le pouvoir de progresser moralement, le pouvoir de développer nos vertus. Sans humilité, pas de progrès assuré possible.

Poser des actes bons pour nous-même et ceux qui nous entourent est la garantie du bonheur. Les vertus sont justement les forces morales qui nous permettent d'obtenir l'aisance nécessaire pour poser ces actes bons malgré les mauvaises surprises de la vie, malgré les obstacles et les difficultés. Ces forces morales ne s'acquièrent pas en un jour, et demandent donc douceur, patience et humilité. Ces trois dernières vertus loin d'être des obligations imposées par une autorité suprême qui se prendrait pour un dictateur, sont des leviers de progression qui permettent de donner à voir au monde à quel point nous sommes tous, bien qu'uniques et si différents les uns des autres, merveilles des merveilles !