

Daniel VIGNE, « Le levain et les trois mesures », dans *Vives Flammes*.  
*Revue carmélitaine de spiritualité*, n°308 (2017), p. 5-12.

[www.danielvigne.fr](http://www.danielvigne.fr)

## Le levain et les trois mesures

La vie spirituelle n'est pas une autre vie, étrangère à la vie ordinaire et rejetant celle-ci comme vulgaire ou inintéressante. Elle est cette vie même, mais transformée et spiritualisée. La vie spirituelle, c'est notre vie, mais devenue spirituelle, car habitée par notre relation avec Dieu. Il est donc normal, pour un chrétien, de penser que tous les actes de sa vie quotidienne sont concernés par sa foi en Dieu. Chacun d'eux est spirituel ou peut le devenir, y compris de se brosser les dents, de faire ses courses, de s'habiller ou de consulter ses mails ! Mais comment entrer dans cette vie remplie de foi, vivifiée par la foi, à laquelle nous aspirons ? Comment permettre à l'Esprit de sanctifier nos journées, à tout instant et dans toutes leurs dimensions ?

Relisons la parole de Jésus : « Le Royaume des Cieux est semblable à du levain qu'une femme a pris et enfoui dans trois mesures de farine, jusqu'à ce que le tout ait levé » (Mt 13, 33). Le sens de cette parabole est clair : avec patience et discrétion, la vie divine veut transformer toute notre vie humaine pour ne faire qu'un avec elle. C'est notre être entier que l'Esprit veut sanctifier, cet être concret qui mange et boit, qui fait la cuisine ou le ménage, qui travaille ou se repose. Comme le dit saint Paul, « soit que vous mangiez, soit que vous buviez, et quoi que vous fassiez, faites tout pour la gloire de Dieu » (1 Co 10, 31).

Quant aux « trois mesures » dont parle Jésus, permettez-moi d'y voir les trois formes principales d'une vie ordinaire : le travail professionnel, les tâches domestiques, le temps du loisir et du repos. Il me semble que dans ces trois dimensions ou « mensurations » de notre vie quotidienne, c'est bien la totalité de cette existence qui est signifiée.

On pourrait, bien sûr, y ajouter les temps plus particuliers consacrés à l'oraison, l'adoration, la prière, l'eucharistie. Mais ceux-ci sont plutôt comparables au levain qu'à la farine. Or ce que la parabole souligne, c'est que ce levain doit être enfoui en pleine « pâte humaine », pour la transformer intégralement. La question devient donc : comment permettre à l'Esprit d'imprégner chacun de ces trois aspects de mon existence : au travail, à la maison et pendant mes temps libres ? Plus que des recettes ou des réponses toutes faites, je proposerai ici quelques idées directrices dont chacun pourra s'inspirer en fonction de sa propre situation.

## **Dieu dans mon travail**

Dans une société marquée par le chômage et la compétition, le travail a plusieurs visages. Ceux qui ont un métier, ou du moins un « boulot » rémunéré, y voient le plus souvent une obligation peu épanouissante. Il faut bosser pour vivre, ce qui n'incite pas à voir dans le travail une présence particulière du divin ! Tel chef désagréable, tels horaires contraignants rappellent plutôt l'esclavage des Hébreux en Égypte... Quand on se sent exploité, ignoré dans sa dignité, comment ne pas se dire que Dieu est loin ? Quand la fatigue ou le stress s'en mêlent, comment ne pas subir son travail comme une fatalité ? La précarité ajoute encore à ce sentiment d'impuissance et d'humiliation. Sur le marché du travail, le turn-over écarte les plus faibles, le burn-out menace les plus performants, sans parler de ces plans dits de restructuration qui, d'un trait de plume, suppriment des centaines ou des milliers d'emplois. Quel rapport tout cela a-t-il avec la foi ?

Certains mouvements pseudo-évangéliques exploitent la situation en promettant richesse, succès et prospérité à celui qui se convertit. C'est un mirage et un mensonge. La vraie réponse est à chercher à un niveau plus profond : dans une véritable spiritualité du travail, qui assume les contraintes extérieures en leur donnant une mystérieuse fécondité. Toute la Bible, en effet, atteste que ceux qui persévèrent malgré les difficultés sont aimés de Dieu. Qu'il est proche d'eux, les soutient et finalement les délivre de ceux qui les dominaient. Le secret de cette victoire est simple : « Sois vainqueur du mal

par le bien » (Rm 12, 21). Quand un métier exigeant nous amène à travailler sur nous-mêmes, à aimer envers et contre tout, à être facteur de paix et source de courage, Dieu est au cœur de cet effort et le bénit. C'est de cette façon, et non par des révolutions violentes, que le christianisme a transformé les sociétés et continue à le faire.

Reste l'autre cas de figure, plus rare mais plus médiatique : celui du « job » hyper-rémunéré, par exemple dans la spéculation boursière, ou simplement celui du métier bien payé, associé à une image de soi valorisante. Ici le risque est de prendre ce travail lui-même pour un dieu, un veau d'or : de l'idolâtrer. Et la solution, de se souvenir que « nul ne peut servir deux maîtres, Dieu et l'argent » (Mt 6, 24). Plus radicalement, le chrétien riche devra se souvenir que servir Dieu, c'est devenir librement son esclave (*doulos*, mot fréquent chez saint Paul) et se dévouer à fond pour le bien des autres. Retournement admirable chez des gens fortunés qui, parfois, se détachent de leurs biens et deviennent plus généreux que tel bourgeois avare et moralisateur ! Souvenons-nous que dans l'entourage de Jésus, il n'y eut pas que des pauvres...

Dieu n'est donc nullement étranger à ma situation professionnelle. Que je sois riche ou pauvre, dans la facilité ou la difficulté, il m'invite à donner sens à mon travail ou à ma recherche d'emploi, et même dans la « dèche » il est près de moi. À ce propos, peut-être faudrait-il inventer aujourd'hui, parallèlement à une spiritualité du travail, une spiritualité du chômage, sous le signe de la disponibilité et de la persévérance ? Sans ce levain-là, beaucoup se découragent. « Personne ne nous a embauchés » (Mt 20, 9), disaient tristement les ouvriers de la dernière heure ; mais à la fin, ils ont été pleinement consolés. Personne n'est inutile, et Dieu chérit celui qui lui confie son avenir.

## **Dieu dans ma maison**

Certes, tout le monde n'a pas la chance de posséder une maison. Mais même si je n'en suis pas propriétaire, le lieu que j'habite dépend largement de ce que j'en fais. La plus petite chambre d'étudiant peut être un modèle d'ordre et de

propreté... ou un foutoir innommable. De même, les tâches ménagères et les rythmes quotidiens peuvent être vécus de bien des manières : certains mangent sur le pouce, seulement quand ils ont faim, tandis que d'autres accordent du temps et du soin à la nourriture ; certains ne dorment que lorsqu'ils ont sommeil, tandis que d'autres se donnent des horaires et tentent de les respecter ; certains sont indifférents au décor des pièces dans lesquelles ils vivent, tandis que d'autres y sont attentifs. Tâchons donc, tout en respectant une légitime diversité, de nous demander si certaines attitudes conviennent mieux que d'autres et lesquelles.

Dieu, dit la Bible, a « tout réglé avec mesure » (Sg 11, 20), et récit de la *Genèse* dit à cinq reprises qu'il « vit que cela était bon » (Gn 1, 10-25), voire « très bon » (1, 31) ou très beau – c'est le même mot. Le Créateur n'est donc nullement indifférent au monde qu'il fait exister : au contraire, il est comme un artiste qui contemple son œuvre et qui s'y reconnaît. En tant qu'enfants de Dieu, ne sommes-nous pas invités à la même attitude ? Ce monde en miniature qu'est notre petit univers domestique, pourquoi ne pas le considérer avec la même attention ? Étant à l'image de notre Créateur, nous avons, comme lui, le merveilleux pouvoir de façonner, orner et organiser ce qui nous entoure. Le vaste ciel nous dépasse, mais le petit espace de notre chambre, de notre bureau, de notre appartement nous est confié.

Dieu fait de nous des créateurs de formes, de structures, de couleurs, d'harmonie. En prendre conscience n'est pas un luxe d'esthète, mais l'occasion de mieux honorer notre dignité. « J'ai découvert une grande vérité », écrit Saint-Exupéry, « à savoir que les hommes habitent, et que le sens des choses change pour eux selon le sens de la maison<sup>1</sup> ». Soigner son « intérieur », c'est donc agir aussi sur l'intérieur de notre âme. Au contraire, négliger ou souiller cet espace, c'est se salir et se détruire soi-même. Si nos lieux de vie n'ont pas de sens, n'ont ni ordre ni beauté, c'est notre propre vie qui en pâtit et devient insensée.

---

<sup>1</sup> *Citadelle*, II.

Il en va de même du rythme et de l'organisation de nos journées. Comme le dit encore Saint-Exupéry, « les rites sont dans le temps ce que la demeure est dans l'espace... Il est bon que le temps soit une construction ». Pourquoi sommes-nous parfois déstructurés, sinon parce que le temps nous éclate et nous disperse, nous faisant courir d'une activité à l'autre sans équilibre et sans lien intérieur ? Nous devons résister à cet entraînement, briser la chaîne. Pour cela la tradition chrétienne nous offre de précieux outils, notamment la prière du cœur ou prière de Jésus : l'invocation de son Nom béni, que l'on peut associer à la respiration et pratiquer dans toutes sortes de circonstances. En faisant le ménage ou la cuisine, en passant l'aspirateur, qui nous empêche de dire au Seigneur que nous l'aimons ? De même le bénédicité et les grâces, au début et à la fin du repas, sont tombés en désuétude et difficiles à pratiquer publiquement. Mais dans nos maisons, qui nous empêche de nous arrêter un instant au moment de manger, pour remercier Dieu de nous nourrir ? Alors la « farine » de nos actes quotidiens deviendra le pain d'une action de grâces...

Le lieu de vie d'un chrétien, comme son corps, n'est pas une simple enveloppe matérielle. Il est un temple, digne d'être sanctifié. Autrefois, lorsqu'on emménageait dans une nouvelle maison, on demandait que chaque pièce soit aspergée d'eau bénite. Chez nos frères orthodoxes, les icônes sont des signes de la présence du Seigneur, et à l'entrée d'une maison juive, une *mezouza* signale qu'elle est sous la protection divine. Il ne s'agit pas de reprendre toutes ces traditions, mais de s'en inspirer à notre manière pour que le Seigneur, chez nous, soit comme chez lui. Qu'il aime à demeurer dans notre maison, comme dans celle de Pierre (Mt 8, 14) ou de Marthe et Marie (Jn 12, 3). Imaginons que ce soir, il frappe réellement à notre porte pour souper (Ap 3, 20) : lui aurons-nous préparé une salle propre et belle, « garnie de coussins » (Mc 14, 13) ?

## **Dieu dans mes loisirs**

La troisième « mesure » de notre vie humaine, de cette farine dans laquelle est enfoui le levain de la vie divine, a parfois aujourd'hui une importance démesurée. Le temps du travail ayant diminué, nous avons devant nous tant de possibilités et

d'occasions de nous distraire et de nous évader ! Devant l'indétrônable télévision, chaque Français passe actuellement près de quatre heures par jour. C'est une véritable addiction, que les nouveaux médias ne font que renforcer : nos contemporains, les plus jeunes spécialement, sont des « accros de l'écran », du home-cinéma au smartphone.

Ici encore, comme chrétiens, notre mission est d'entrer en résistance, c'est-à-dire d'utiliser ces puissants outils avec prudence et discernement. Pascal critiquait le « divertissement » comme une fuite loin de l'essentiel – et on notera, en ce sens, que l'expression *se divertir* sonne comme le contraire de *se convertir*. N'est-ce pas une précieuse mise en garde ? La première épître de saint Jean se termine par ces mots : « Petits enfants, gardez-vous des idoles ! » – on pourrait traduire : des images...

Mais la modernité nous offre aussi de magnifiques moyens de nous cultiver, de nous approfondir dans l'existence, et ainsi de progresser spirituellement. À chacun de les découvrir et d'en user selon ses goûts, son âge, ses besoins, ses talents. Il ne s'agit donc pas de maudire les loisirs, mais d'en faire des lieux de croissance et d'élévation. La liberté que notre époque nous offre, si elle ne débouche pas sur de nouvelles formes d'aliénation, est une chance extraordinaire. Ayons l'intelligence de la faire fructifier ! J'ai conscience que ces lignes ne font qu'effleurer de vastes questions, qui engagent la liberté de chacun et exigent parfois des choix difficiles. Travail, maison, loisirs, mais aussi relations amicales, responsabilités familiales, engagements ecclésiaux : comment tout concilier, comment vivre tout cela de façon unifiée et vraiment chrétienne ? Je ne sais, mais la parabole du levain me donne une grande confiance. Jésus nous a donné le levain de l'Esprit Saint, qu'il a enfoui profondément dans la pauvre farine de nos existences. Ce ferment ne cesse de travailler nos vies pour les transformer et leur faire donner toute leur « mesure ».

Oui, en nous, la semence du Royaume « germe et pousse, nuit et jour, on ne sait comment » (Mc 4, 27). Soyons sûrs que dans l'apparente monotonie de nos journées, dans la banalité de notre vie ordinaire, le mystère du Royaume se déploie

doucement. À nous de l'accueillir avec foi. Soyons une bonne pâte entre les mains du Seigneur : qu'il nous pétrisse avec soin et sagesse, « jusqu'à ce que le tout ait levé ».

