 **SAINT VINCENT FERRIER**

**Fête le 5 avril**

**Pour persévérer dans l'abstinence et la sobriété.**

*Les moyens que donne Saint Vincent Ferrier pour persévérer dans l'abstinence et la sobriété se ramènent aux trois dispositions essentielles à toute vertu,**à savoir : tout attendre de Dieu, être défiant de soi-même, ménager le prochain.*

Voulez-vous continuer à vivre dans la sobriété et l'abstinence, soyez défiant de vous-même. Reconnaissez que Dieu seul vous donne la vertu, et demandez-Lui la grâce de persévérer dans sa pratique.

Pour ne pas tomber, évitez de juger et de condamner les autres. Arrière toute indignation ou scandale si vous voyez quelqu'un ne pas observer les convenances dans le manger. Ayez-en pitié, priez pour lui, excusez-le autant que c'est possible. Rappelez-vous que ni vous ni lui ne pouvez rien, tant que la grâce de Dieu distribuée non selon les mérites, mais selon **sa Miséricorde,\*** ne vous aide.

De telles pensées vous donneront la fermeté dans l'abstinence.

Pourquoi, après avoir commencé parfaitement et fait de réels progrès, tant de gens se laissent-ils abattre par la fatigue du corps et la tiédeur de l'esprit ? Uniquement à cause de la présomption et de l'orgueil. Présumant trop d'eux-mêmes, ils s'indignent contre les autres et les condamnent dans leur cœur. Que s'en suit-il ? Dieu leur retire sa grâce et ils perdent leur première ferveur. Ou bien, négligeant toute prudence, ils vont au delà de leurs forces et contractent quelque infirmité. Alors trop occupés de leur petite santé, ils dépassent les justes bornes de la discrétion en sens contraire, et deviennent plus délicats et plus intempérants que ceux qu'ils gourmandaient. J'ai pu maintes fois le constater. En effet, Dieu permet ordinairement que celui qui condamne son frère avec témérité tombe dans la même faute qu'il a reprise, et parfois dans une faute plus grave.

*Servez donc Dieu avec crainte*. Et lorsque vous éprouverez de l'orgueil au souvenir des bienfaits dont le Très-Haut vous a comblé, armez-vous contre vous-même d'une sainte indignation et faites-vous d'amers reproches *de peur que le Seigneur n'entre en colère et que vous ne périssiez en vous écartant de la voie de la justice*. Faites ainsi, et vous demeurerez ferme dans la vertu.

Tels sont les moyens très agréables au Seigneur de combattre la gourmandise.

Hélas ! Il y en a peu qui savent se modérer. Ils mangent trop ou trop peu, et ne tiennent pas compte dans cette action de toutes les circonstances nécessaires.

Texte : <http://livres-mystiques.com/partieTEXTES/Vincent_Ferrier/ferrier/4pratique.htm>

