

## LES CONSEILS DE DEUX SAINTS A PROPOS DU CORONAVIRUS

*L'inquiétude face au Covid-19 en France comme dans le reste du monde se propage presque plus rapidement que le virus lui-même. Comment ne pas céder à l'angoisse et la peur qui envahissent nos esprits ? Voici les conseils de deux grands saints : saint Jean Bosco et son maître spirituel, saint François de Sales.*

### Le conseil de saint Jean Bosco pour gagner en sérénité

Se laver les mains régulièrement, tousser dans son coude et ne pas se rendre dans un pays à risque, voilà les principales recommandations formulées par les autorités sanitaires pour limiter la propagation du coronavirus. À celles-là on pourrait en ajouter une autre d'ordre spirituel : avoir sur soi une image de la Vierge Marie et prier régulièrement.

Ce dernier conseil n'est autre que celui donné par saint Jean Bosco à Turin lors de l'épidémie de choléra qui a frappé la ville en 1854. Le prêtre italien avait alors demandé à des jeunes gens qu'il avait mandaté pour rendre visite aux malades de porter sur eux une image de la Vierge et de prier régulièrement. Aucun d'entre eux n'avait été contaminé.

Si les deux épidémies ne sont absolument pas comparables, son conseil est toujours valable : agir humblement avec foi et se confier à la Mère de Dieu.

### Le conseil de saint François de Sales pour guérir de l'angoisse

« *Ne vous faites donc pas tant de souci* », disait Jésus à ses disciples (Matthieu 6, 24-34). Plus tard, dans son livre adressé aux laïcs « *L'introduction à la vie dévote* », **saint François de Sales** met en garde contre l'inquiétude, « *ce grand mal qui arrive à l'âme, (...) le plus grand mal, excepté le péché* ». Pour lui, il n'y a rien qui « *empire plus le mal et qui éloigne plus le bien, que l'inquiétude et l'empressement* ». Et il sait très bien de quoi il parle.

C'est au cours de ses études de droit, à Paris à la fin du XVI<sup>ème</sup> siècle, que François de Sales découvre la théologie. Il s'inquiète notamment de la notion de prédestination soulevée par de nombreux calvinistes à l'époque. Cette approche déclenche chez lui une grande angoisse. Submergé par la peur, pendant dix semaines il s'imagine finir en enfer. Mais un jour, broyant du noir, il décide d'entrer dans l'église dominicaine de Saint-Étienne-des-Grès, rue Cujas dans le quartier Latin. Il y reste un long moment et prie devant la statue de Notre-Dame de Bonne Délivrance, qu'on appelle aussi « la Vierge noire de Paris », en récitant cette **prière de saint Bernard** :

*« Souvenez-vous, ô très miséricordieuse Vierge Marie,  
qu'on n'a jamais entendu dire  
qu'aucun de ceux qui ont eu recours à votre protection,  
imploré votre assistance, ou réclamé vos suffrages,  
ait été abandonné de Vous.  
Animé de cette confiance, ô Vierge des vierges, ô ma Mère,  
Je viens vers Vous, et gémissant sous le poids de mes péchés,  
Je me prosterne à vos pieds.  
O Mère du Verbe incarné, ne méprisez pas mes prières,  
mais écoutez-les favorablement et daignez les exaucer ». Amen.*  
Saint Bernard (1090-1153)

Aussitôt, il se lève et il comprend à l'instant-même qu'il est libéré de toutes ses peurs. Saint François de Sales est entièrement guéri. « *Quand donc vous serez pressée du désir d'être délivrée de quelque mal ou de parvenir à quelque bien, avant toute chose, mettez votre esprit en repos et tranquillité* », soulignera-t-il plus tard dans son célèbre ouvrage.

Que Marie, Consolatrice des affligés, nous protège et nous garde. Bonne journée à tous.