



Prédication

Temple réformé de Fribourg

26 juillet 2026, à 10h15

Bettina Beer

« Vous êtes le sel de la terre. »

Lectures

Matthieu 5,13-15

Galates 5,16-26

Prédication

Au début de ce culte, nous avons prié avec François d'Assise : « Dieu, tu es justice et tempérance. » La justice, nous voyons assez facilement ce qu'elle évoque. Mais la tempérance ? Voilà un mot qui ne fait plus beaucoup partie de notre langage courant. Il sonne un peu ancien, un peu austère, peut-être même un peu moralisateur. Rien qu'à l'entendre, on imagine déjà une longue liste d'interdits, une vie sans saveur, sans plaisir. Je prends donc le risque d'être, pour quelques instants, un peu rabat-joie en vous proposant de nous arrêter sur cette notion.

Le mot *tempérance* vient du latin *temperare*, qui signifie « doser avec justesse », « équilibrer », « mélanger harmonieusement ». Pour Platon déjà, quatre siècles avant Jésus, la tempérance est l'une des quatre vertus essentielles. Elle désigne la capacité à gouverner ses désirs plutôt qu'à s'y laisser entraîner. 13 siècles après Jésus, Thomas d'Aquin, le célèbre théologien catholique, reprend cette idée en l'inscrivant dans la foi chrétienne : la tempérance n'est pas le refus des joies de la vie, mais l'art de les recevoir à leur juste place. Elle permet à nos désirs de servir la vie plutôt que de la dominer.

L'opposé de la tempérance, c'est l'intempérance, la démesure. Depuis longtemps, les sociétés humaines ont cherché à lutter contre la démesure. Au XIX^e siècle, les mouvements de tempérance se sont particulièrement illustrés dans la lutte contre l'alcoolisme, qui était un vrai fléau. Leur héritage est contrasté : les mouvements de tempérance ont parfois permis de prendre conscience de véritables ravages sociaux, mais ils ont aussi laissé l'image d'un moralisme rigide, d'une volonté de contrôler les comportements. Peut-être est-ce aussi pour cette raison que le mot tempérance est devenu si peu attrayant.

Car notre époque valorise volontiers les extrêmes. Dans notre manière de consommer, nous oscillons entre l'hyperconsommation et les défis du « zéro achat ». Dans les loisirs, certaines personnes recherchent des sensations toujours plus fortes, tandis que d'autres rêvent de disparaître complètement des écrans et du monde, en mode détox numérique. Au travail, nous connaissons autant le culte de la performance, où l'on ne s'arrête jamais, que le désir de tout quitter pour échapper à la pression. Notre société fonctionne souvent selon une logique du tout ou rien.

Dans un tel contexte, la tempérance semble manquer d'éclat. Pourtant, les textes bibliques que nous venons d'entendre nous invitent à redécouvrir cette vertu sous un jour nouveau. Non comme une privation, mais comme une manière d'habiter le monde

avec liberté, guidés par l'Esprit plutôt que par nos excès ou nos impulsions. C'est ce chemin que je vous propose d'explorer ensemble.

« Vous êtes le sel de la terre », dit Jésus à ses disciples dans l'Évangile de Matthieu. « Si le sel perd sa saveur, comment redeviendra-t-il du sel ? Il ne vaut plus rien ; on le jette dehors et il est foulé aux pieds par les hommes. » (Mt 5,13). Tout est bizarre dans cette parole de Jésus : comparer des humains à du sel, quelle idée ! Et le sel de la terre ? La terre n'est pas censée être salée, une terre salée est infertile, le sel brûle les plantes. Et comment le sel pourrait-il perdre sa saveur ? Le sel est un cristal, il peut certes se dissoudre facilement dans l'eau, mais il ne peut pas se modifier et perdre son goût salé. Evidemment que du sel sans goût salé ne vaut plus rien, mais c'est une affirmation purement théorique, vu que le sel sans goût salé n'existe pas. Bref, une parole bien mystérieuse !

Indispensable à la vie, le sel sert d'abord à assaisonner les plats. C'est un exhausteur de goût : il renforce, voir révèle le goût particulier des aliments. Pour que le sel puisse remplir sa mission de révélateur de goût, il se dissout et disparaît à l'intérieur du plat pour en révéler la saveur. Ensuite, le sel sert à conserver les aliments, en particulier le poisson et la viande, en tuant les germes.

« Vous êtes le sel de la terre », dit Jésus. De quoi le sel est-il donc l'image ? Qu'est-ce qui, comme le sel, s'efface pour mettre en valeur la qualité de l'autre, travaille à garder en vie le meilleur de l'autre, et élimine ce qui peut gâcher la vie de l'autre ? Cela s'appelle l'amour de son prochain, cette qualité d'amour que la Bible appelle l'*agape*.

Jésus dit que nous sommes le sel de la terre, que nous sommes nés avec cette capacité à aimer les autres. Comme le dit Jésus, cet amour est une force, une puissance.

Le sel n'a pas de saveur à proprement parler, il ne peut donc pas la perdre. Peut-être faut-il comprendre le sel qui perd sa saveur comme celui qui ne remplit pas sa mission de révélateur de goût. Le bon sel met en valeur ce qui est bon dans l'autre, et il élimine ce qui pourrait le pourrir, le mauvais sel va chercher à mettre en valeur la mauvaise part de l'autre, afin de le ridiculiser, de l'abaisser, de lui pourrir la vie.

Ce sel-là n'est plus bon qu'à être jeté dehors et piétiné par les gens. Cette image n'est pas à comprendre comme une menace. Elle rappelle que Dieu ne renonce jamais à faire le tri entre ce qui fait vivre et ce qui détruit. Comme on foule le raisin pour en extraire le jus jusqu'au bout, Dieu travaille sans relâche à faire surgir ce qui peut encore porter du fruit. Son regard ne s'arrête jamais au mal ; il cherche toujours la part de vie qu'il est encore possible de sauver et de faire grandir.

Et le lien avec la tempérance alors ? Souvenez-vous : Le mot *tempérance* vient du latin *temperare*, qui signifie « doser avec justesse », « équilibrer », « mélanger harmonieusement ». Vous le devinez, le lien avec le sel ? Le sel doit être dosé avec justesse pour se mélanger harmonieusement au plat à assaisonner. Ni trop – le plat serait immangeable, ni trop peu – il serait fade. Utilisé avec démesure, le sel assoiffe, brûle, voire détruit la vie. La tempérance par contre met en valeur ce qu'il y a de meilleur.

C'est précisément ce que Paul cherche à dire dans sa lettre aux Galates. Il oppose deux manières de vivre. D'un côté, ce qu'il appelle « les œuvres de la chair » (Ga 5,19). Le mot « chair » ne désigne pas le corps, mais une existence repliée sur elle-même, où l'on cherche d'abord à satisfaire ses propres désirs. La liste est éloquent : jalousie, rivalités,

emportements, divisions... Autant d'attitudes qui finissent par détruire les relations. C'est le sel qui ne révèle plus la saveur des autres, mais qui fait ressortir leurs défauts.

À l'inverse, Paul parle du « fruit de l'Esprit » (Ga 5,22). Il est remarquable qu'il emploie le singulier. Il ne s'agit pas d'une collection de qualités à acquérir une à une, mais d'un même fruit qui mûrit en nous lorsque nous laissons l'Esprit de Dieu agir. Ce fruit a plusieurs saveurs : l'amour, la joie, la paix, la patience, la bonté, la bienveillance, la fidélité, la douceur et la maîtrise de soi. Voilà que nous la retrouvons : la maîtrise de soi, la tempérance.

La tempérance n'est pas un effort crispé pour tout contrôler. Elle est le signe d'une vie habitée par l'Esprit. Elle nous apprend à doser nos paroles pour qu'elles relèvent plutôt qu'elles ne blessent ; à maîtriser nos réactions pour ne pas répondre à la violence par la violence ; à faire une place à l'autre sans chercher à occuper tout l'espace. Bref, elle nous apprend à être le sel dont parle Jésus : une présence discrète, mais indispensable, qui révèle la vie autour d'elle.

Peut-être est-ce cela, finalement, être le sel de la terre : laisser l'Esprit de Dieu assaisonner notre existence, afin que, par nos paroles, nos gestes et nos choix, d'autres puissent découvrir un peu plus de la saveur du Royaume de Dieu.

Amen.

Lecture 1 : Matthieu 5,13-16

¹³« Vous êtes le sel de la terre. Si le sel perd sa saveur, comment redeviendra-t-il du sel ? Il ne vaut plus rien ; on le jette dehors et il est foulé aux pieds par les hommes.

¹⁴« Vous êtes la lumière du monde. Une ville située sur une hauteur ne peut être cachée.

¹⁵Quand on allume une lampe, ce n'est pas pour la mettre sous le boisseau, mais sur son support, et elle brille pour tous ceux qui sont dans la maison. ¹⁶De même, que votre lumière brille aux yeux des hommes, pour qu'en voyant vos bonnes actions ils rendent gloire à votre Père qui est aux cieux.

Lecture 2 : Galates 5,16-26

¹⁶Ecoutez-moi : marchez sous l'impulsion de l'Esprit et vous n'accomplirez plus ce que la chair désire. ¹⁷Car la chair, en ses désirs, s'oppose à l'Esprit – et l'Esprit à la chair ; entre eux, c'est l'antagonisme – pour que, ce que vous voulez faire, vous ne le fassiez pas. ¹⁸Mais si vous êtes conduits par l'Esprit, vous n'êtes plus soumis à la loi.

¹⁹On les connaît, les œuvres de la chair : libertinage, impureté, débauche, ²⁰idolâtrie, magie, haines, discorde, jalousie, emportements, rivalités, dissensions, factions, ²¹envie, beuveries, ripailles et autres choses semblables ; leurs auteurs, je vous en préviens, comme je l'ai déjà dit, n'hériteront pas du Royaume de Dieu.

²²Mais voici le fruit de l'Esprit : amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, foi, ²³douceur, maîtrise de soi ; contre de telles choses, il n'y a pas de loi. ²⁴Ceux qui sont au Christ ont crucifié la chair avec ses passions et ses désirs. ²⁵Si nous vivons par l'Esprit, marchons aussi sous l'impulsion de l'Esprit.

²⁶Ne soyons pas vaniteux : entre nous, pas de provocations, entre nous, pas d'envie.