

L'INTRODUCTION À LA VIE DÉVOTE

de notre Fondateur et père, saint François de Sales

Le P. Alphonse Denis (*Œuvres complètes, t. XXVII, p. 67*) résume sa doctrine spirituelle à ces points :

1. Viser à plaire à Dieu et non aux hommes
2. Rien par contrainte, tout par amour
3. Ne rien demander, ne rien refuser
4. Aller de l'intérieur à l'extérieur
5. Aller « tout bellement » avec une douce diligence
6. Ne penser qu'à aujourd'hui
7. Recommencer chaque jour
8. Profiter de toutes les occasions
9. Se guérir de ses imperfections
10. Vivre paisiblement
11. Vivre joyeux
12. Vivre en esprit de liberté

PREMIÈRE PARTIE

CONTENANT LES AVIS ET EXERCICES REQUIS POUR CONDUIRE L'ÂME DÈS SON PREMIER DÉSIR DE LA VIE DÉVOTE JUSQUES À UNE ENTIÈRE RÉOLUTION DE L'EMBRASSER

[Chap. I / Description de la vraie dévotion](#)

En tant que l'amour divin embellit notre âme, il s'appelle grâce, nous rendant agréables à sa divine Majesté ; en tant qu'il nous donne la force de bien faire, il s'appelle charité ; mais quand il est parvenu jusques au degré de perfection auquel il ne nous fait pas seulement bien faire, mais nous faire opérer soigneusement, fréquemment et promptement, alors il s'appelle dévotion.

La dévotion n'est autre chose qu'une agilité et vivacité spirituelle par le moyen de laquelle la charité fait ses actions en nous, ou nous par elle, promptement et affectionnement.

La dévotion rend la charité prompte, active et diligente, non seulement à l'observation des commandements de Dieu, mais à l'exercice des conseils et inspirations célestes.

[Chap. II / Propriété et excellence de la dévotion](#)

Regardez les abeilles sur le thym : elles y trouvent un suc fort amer, mais en le suçant elles le convertissent en miel, parce que telle est leur propriété. Ô mondains, les âmes dévotes trouvent beaucoup d'amertume en leurs exercices de mortification, il est vrai, mais en les faisant elles les convertissent en douceur et suavité. Les feux, les flammes, les roues et les épées semblaient des fleurs et des parfums aux martyrs, parce qu'ils étaient dévots ; que si la dévotion peut donner de la douceur aux plus cruels tourments et à la mort même, qu'est qu'elle fera pour les actions de la vertu ?

Leurs affections et leurs actions (aux dévots) n'ont d'autre dessein ni motif que de plaire à Dieu.

La dévotion est la douceur des douceurs et la reine des vertus, car c'est la perfection de la charité.

[Chap. III / Que la dévotion est convenable à toutes sortes de vocations et professions](#)

Je vous prie, Philothée, serait-il à propos que l'Evêque voulût être solitaire comme les chartreux ? [...] et le religieux toujours exposé à toutes sortes de rencontres pour le service du prochain comme l'Evêque ?

Non, Philothée, la dévotion ne gâte rien quand elle est vraie, mais elle perfectionne tout, et lorsqu'elle se rend contraire à la légitime vocation de quelqu'un, elle est sans doute fautive.

Chacun devient plus agréable en sa vocation la conjoignant à la dévotion : le soin de la famille en est rendu paisible, l'amour du mari et de la femme plus sincère, le service du prince plus fidèle, et toutes sortes d'occupations plus suaves et aimables.

Où que nous soyons, nous pouvons et nous devons aspirer à la vie parfaite.

Chap. IV / De la nécessité d'un conducteur pour entrer et faire progrès en la dévotion

Quoi que vous cherchiez, dit le dévot Avila, « vous ne trouverez jamais si assurément la volonté de Dieu que par le chemin de cette humble obéissance, tant recommandée et pratiquée par tous les anciens dévots ».

Dieu dit [à Ste Thérèse d'Avila] : « Ma fille, tu tiens un bon et assuré chemin. Vois-tu la pénitence qu'elle fait ? mais moi, je fais plus de cas de ton obéissance »

L'ami fidèle est une forte protection ; celui qui l'a trouvé, a trouvé un trésor. L'ami fidèle est un médicament de vie et d'immortalité ; ceux qui craignent Dieu le trouvent. Ces divines paroles regardent principalement l'immortalité, comme vous voyez, pour laquelle il faut sur toutes choses avoir cet ami fidèle qui guide nos actions par ses avis et conseil, et par ce moyen nous garantit des embûches et tromperies du malin ; il nous sera comme un trésor de sagesse en nos afflictions, tristesses et chutes ; il nous servira de médicament pour alléger et consoler nos cœurs ès maladies spirituelles ; il nous gardera du mal, et rendra notre bien meilleur ; et quand il nous arrivera quelque infirmité, il empêchera qu'elle ne soit pas à la mort, car il nous en relèvera.

Quand vous l'aurez trouvé, ne le considérez pas comme un simple homme, et ne vous confiez point en icelui ni en son savoir humain, mais en Dieu, lequel vous favorisera et parlera par l'entremise de cet homme, mettant dedans le cœur et dedans la bouche d'icelui ce qui sera requis pour votre bonheur, si que vous le devez écouter comme un Ange qui descend du Ciel pour vous y mener.

Ayez en lui une extrême confiance mêlée d'une sacrée révérence. [...] Confiez-vous en lui avec le respect d'une fille envers son père, respectez-le avec la confiance d'un fils avec sa mère. [...] Allez simplement, humblement et confidemment, car vous ferez un très heureux voyage.

Chap. VI / De la première purgation, qui est celle des péchés mortels

Par le péché, vous avez perdu la grâce de Dieu, quitté votre part de Paradis, accepté les peines éternelles de l'enfer et renoncé à l'amour éternel de Dieu.

La confession générale nous appelle à la connaissance de nous-mêmes, nous provoque à une salutaire confusion pour notre vie passée, nous fait admirer la miséricorde de Dieu qui nous a attendus en patience ; elle apaise nos cœurs, délasse nos esprits, excite en nous des bons propos, donne sujet à notre Père spirituel de nous faire des avis plus convenables à notre condition, et nous ouvre le cœur pour, avec confiance, nous bien déclarer aux confessions suivantes.

Chap. V / Qu'il faut commencer par la purgation de l'âme

L'âme qui aspire à l'honneur d'être épouse du Fils de Dieu, se doit *dépouiller du vieil homme et se revêtir du nouveau*, quittant le péché, puis rogner et raser toutes sortes d'empêchements qui détournent de l'amour de Dieu.

Les maladies du cœur aussi bien que celles du corps viennent à cheval et en poste, mais elles s'en revont à pied et au petit pas. Il faut donc être courageuse et patiente, ô Philothée, en cette entreprise.

L'exercice de la purgation de l'âme ne se peut ni doit finir qu'avec notre vie : ne nous troublons donc point de nos imperfections, car notre perfection consiste à les combattre, et nous ne saurions les combattre sans les voir, ni les vaincre sans les rencontrer. Notre victoire ne gît pas à ne les sentir point, mais à ne pas leur consentir ; mais ce n'est pas leur consentir que d'en être incommodé. Il faut bien que pour l'exercice de notre humilité, nous soyons quelques fois blessés en cette bataille spirituelle. [...] Il reste donc seulement [que nos imperfections] ne nous fassent point perdre le courage.

C'est une heureuse condition pour nous en cette guerre, que nous soyons toujours vainqueurs, pourvu que nous voulions combattre.

Chap. VII / De la seconde purgation, qui est celle des affections du péché

Ainsi il y a des pénitents qui sortent en effet du péché et n'en quittent pourtant pas l'affection : c'est-à-dire, ils proposent de ne plus pécher, mais c'est avec un certain contrecœur qu'ils ont de se priver et abstenir des malheureuses délectations du péché ; leur cœur renonce au péché et s'en éloigne, mais il ne laisse pas pour cela de se retourner souventefois de ce côté-là, comme fit la femme de Loth du côté de Sodome.

Car ainsi ces faibles et lâches pénitents s'abstiennent pour quelque temps du péché, mais c'est à regret ; ils voudraient bien pouvoir pécher sans être damnés, ils parlent avec ressentiment et goût du péché et estiment contents ceux qui les font.

O Philothée, puisque vous voulez entreprendre la vie dévote, il ne vous faut pas seulement quitter le péché, mais il faut tout à fait émonder votre cœur de toutes les affections qui dépendent du péché ; car, outre le danger qu'il y aurait de faire rechute, ces misérables affections alanguiraient perpétuellement votre esprit et l'appesantiraient en telle sorte qu'il ne pourrait pas faire les bonnes œuvres promptement, diligemment et fréquemment, en quoi gît néanmoins la vraie essence de la dévotion.

Chap. VIII / Du moyen de faire cette seconde purgation

Quand le pénitent ne hait le péché que par une légère, quoique vraie contrition, ; il se résout voirement bien de ne plus pécher ; mais quand il le hait d'une contrition puissante et vigoureuse, non seulement il déteste le péché, mais encore toutes les affections, dépendances et acheminements du péché. Il faut donc, Philothée, agrandir tant qu'il nous sera possible notre contrition et repentance, afin qu'elle s'étende jusques aux moindres appartenances du péché.

Chap. IX / Première méditation : de la Création

Dieu vous a fait éclore de ce rien, pour vous rendre ce que vous êtes, sans qu'il eût besoin de vous, mais par sa seule bonté. Mais hélas ! mon Créateur, au lieu de m'unir à vous par amour et service, je me suis rendue toute rebelle par mes dérégées affections, me séparant et éloignant de vous pour me joindre au péché, n'honorant non plus votre bonté que si vous n'eussiez pas été mon Créateur.

Je ne veux donc plus désormais me complaire en moi-même, qui de ma part ne suis rien. De quoi te glorifies-tu, *ô poudre et cendre* ? Mais plutôt, *ô vrai néant*, de quoi t'exaltes-tu ? Je veux changer de vie et suivre désormais mon Créateur, et m'honorer de la condition de l'être qu'il m'a donné, l'employant tout entièrement à l'obéissance de sa volonté par les moyens qui me seront enseignés.

Pratiques : s'humilier, supporter les mépris.

Chap. X / Seconde méditation : de la fin pour laquelle nous sommes créés

Dieu ne vous a pas mise en ce monde pour aucun besoin qu'il eût de vous, qui lui êtes du tout inutile, mais seulement afin d'exercer en vous sa bonté, vous donnant sa grâce et sa gloire. Etant créée et mise en ce monde à cette intention, toutes actions contraires à icelles doivent être rejetées et évitées.

Je vous renonce, pensées vaines et cogitations inutiles ; je vous abjure, *ô souvenirs détestables et frivoles* ; je vous renonce, amitiés infidèles et déloyales, services perdus et misérables, gratifications ingrates, complaisances fâcheuses. Et vous, *ô mon Dieu, mon Sauveur*, vous serez dorénavant le seul objet de mes pensées ; non, jamais je n'appliquerai mon esprit à des cogitations qui vous soient désagréables : ma mémoire se remplira tous les jours de ma vie, de la grandeur de votre débonnairété, si doucement exercée en mon endroit ; vous serez les délices de mon cœur et la suavité de mes affections.

Chap. XI / Troisième méditation : des bienfaits de Dieu

Considérez les grâces corporelles que Dieu vous a données [...] avec une comparaison de tant d'autres personnes qui valent mieux que vous, lesquelles sont destituées de ces bénéfiques : les uns gâtés de corps, de santé, de membres ; les autres abandonnés à la merci des opprobres, et du mépris et déshonneur ; les autres accablés de pauvreté ; et Dieu n'a pas voulu que vous fussiez si misérable. Combien y en a-t-il qui ont été nourris rustiquement et en une extrême ignorance ; et la Providence divine vous a fait élever civilement et honorablement. Combien de fois vous a-t-il donné ses Sacrement ? Combien de fois, des inspirations, des lumières intérieures, des répréhensions pour votre amendement ? Combien de fois vous a-t-il pardonné vos fautes ? Combien de fois délivrée des occasions de vous perdre où vous étiez exposée ?

Admirez la bonté de Dieu. Admirez votre ingratitude. Mais que suis-je Seigneur, *que vous ayez mémoire* de moi ? Oh ! que mon indignité est grande ! Hélas ! j'ai foulé au pied vos bénéfiques ; j'ai déshonoré vos grâces, les convertissant en abus et mépris de votre souveraine bonté ; j'ai opposé l'abîme de mon ingratitude à l'abîme de votre grâce et faveur.

Oui, je fréquenterai l'oraison, les Sacraments, j'écouterai la sainte parole, je pratiquerai les inspirations et conseils. *Pratiques : oraison et union à Dieu, 3^e article, préparation aux Sacraments, lectio appliquée, fidélité à la grâce, obéissance et soumission à mes supérieures.*

Chap. XII / Quatrième méditation : des péchés

Combien d'inspirations méprisées, combien de bons mouvements rendus inutiles. Et encore plus que tout, combien de fois avez-vous reçu les Sacraments ; et où en sont les fruits ? que sont devenus ces précieux joyaux dont votre cher Epoux vous avait ornée ? tout cela a été couvert sous vos iniquités. Pensez à cette ingratitude, que, Dieu vous ayant tant couru après pour vous sauver, vous avez toujours fui devant lui pour vous perdre.

Est-il possible que j'aie été si déloyale, que je n'aie laissé pas un seul de mes sens, pas une des puissances de mon âme, que je n'aie gâté, violé et souillé, et que pas un jour de ma vie ne soit écoulé, auquel je n'aie produit de si mauvais effet ? Est-ce ainsi que je devais contrechanger les bénéfiques de mon Créateur et le sang de mon Rédempteur ?

Ô Seigneur, non, jamais plus, moyennant votre grâce, non, jamais plus je ne m'abandonnerai au péché. Hélas ! je ne l'ai que trop aimé ; je le déteste, et vous embrasse, *ô Père de miséricorde* ; je veux vivre et mourir en vous.

Chap. XIII / Cinquième méditation : de la mort

Considérez l'incertitude du jour de votre mort. Hélas ! de tout cela nous n'en savons rien du tout, seulement cela est assuré que nous mourrons, et toujours plus tôt que nous ne pensons. Considérez qu'alors le monde finira pour ce qui vous regarde, il n'y en aura plus pour vous. Oui, car alors les plaisirs, les vanités, les joies mondaines, les affections vaines nous paraîtront comme des fantômes et nuages. Vous verrez que nous avons quitté Dieu pour néant. Au contraire, la dévotion

et les bonnes œuvres vous sembleront alors si désirables et douces : et pourquoi n'ai-je suivi ce si beau et gracieux chemin ? Alors les péchés qui semblaient bien petits paraîtront gros comme des montagnes, et votre dévotion bien petite. Considérez les empressements qu'on aura pour lever ce corps-là et le cacher en terre, et que, cela fait, le monde ne pensera plus guère en vous, ni n'en fera plus mémoire.

Seigneur, recevez-moi en votre protection pour ce jour effroyable ; rendez-moi cette heure heureuse et favorable, et que plutôt toutes les autres de ma vie soient tristes et d'affliction.

Méprisez le monde. Puisque je ne sais l'heure en laquelle il te faut quitter, ô monde, je ne me veux point attacher à toi. Ô mes chers amis, mes chères alliances, permettez-moi que je ne vous affectionne plus que par une amitié sainte, laquelle puisse durer éternellement.

[Chap. XIV / Sixième méditation : du jugement](#)

Après le temps que Dieu a marqué pour la durée de ce monde, et après une quantité de signes et présages horribles pour lesquels les hommes *sècheront d'effroi* et de crainte. Après ce déluge de flammes et de foudres, tous les hommes ressusciteront de la terre, et à la voix de l'Archange comparîtront en la vallée de Josaphat. Mais hélas ! avec quelle différence ! car les uns y seront en corps glorieux et resplendissants, et les autres en corps hideux et horribles.

Considérez la dernière sentence des mauvais : *Allez maudits, au feu éternel qui est préparé au diable et à ses compagnons*. C'est un mot d'abandonnement perpétuel que Dieu de tels malheureux, les bannissant pour jamais de sa face. Considérez la sentence contraire des bons : *Venez*, dit le Juge ; ah ! c'est le mot agréable de salut, par lequel Dieu nous tire à soi et nous reçoit dans le giron de sa bonté ; *bénis de mon Père* : ô chère bénédiction, qui comprend toute bénédiction ! *possédez le royaume qui vous est préparé dès la constitution du monde*. O Dieu, quelle grâce, car ce royaume n'aura jamais fin !

Remerciez Dieu qui vous a donné moyen de vous assurer pour ce jour-là, et le temps de faire pénitence.

[Chap. XV / Septième méditation : de l'enfer](#)

Imaginez-vous une ville ténébreuse, toute brûlante de soufre et de poix puante, pleine de citoyens qui n'en peuvent sortir. Les damnés sont dedans l'abîme infernal comme dedans cette ville infortunée, en laquelle ils souffrent des tourments indicibles en tous leurs sens et en tous leurs membres. Outre tous ces tourments, il y en a encore un plus grand, qui est la privation et perte de la gloire de Dieu. Considérez surtout l'éternité de ces peines, laquelle seule rend l'enfer insupportable. De cette éternité naissent le désespoir éternel, les blasphèmes et rages infinies.

Ô mon âme, pourrais-tu bien vivre éternellement avec ces ardeurs perdurables et dans ce feu dévorant ? Veux-tu vraiment quitter ton Dieu pour toujours ? Vous l'avez mérité, mais combien de fois ! Or, désormais je veux prendre parti au chemin contraire ; pourquoi descendrai-je en cet abîme ?

[Chap. XVI / Huitième méditation : du Paradis](#)

Oh ! que ce lieu est désirable et amiable, que cette cité est précieuse ! Ces millions de millions d'anges, de chérubins et séraphins, cette troupe d'apôtres, de martyrs, de confesseurs, de vierges, de saintes dames ; la multitude est innumérable. Oh ! que cette compagnie est heureuse ! Mais, mon Dieu, qu'ils sont heureux ! toujours ils chantent le doux cantique de l'amour éternel ; toujours ils jouissent d'une constante allégresse ; ils s'entredonnent les uns aux autres des contentements indicibles, et vivent en la consolation d'une heureuse et indissoluble société. Quel bien ils ont tous de jouir de Dieu qui les gratifie pour jamais de son amiable regard, et par icelui répand dedans leurs cœurs un abîme de délices. Ils sont là comme des heureux oiseaux, qui volent et chantent à jamais dedans l'air de la Divinité qui les environne de toutes parts de plaisirs incroyables.

Oh ! que vous êtes belle, ma chère Jérusalem, et que bienheureux sont vos habitants ! Pourquoi me suis-je tant éloignée de mon souverain bonheur ? Oh ! puisqu'il vous a plu, mon bon et souverain Seigneur, redresser mes pas en vos voies, non, jamais plus je ne retournerai en arrière. Allons, ô ma chère âme, allons en ce repos infini, cheminons en cette bénite terre qui nous est promise ; que faisons-nous dans cette Egypte ?

[Chap. XVII / Neuvième méditation : par manière d'élection et choix du Paradis](#)

Il est très vrai que vous êtes au milieu du Paradis et de l'enfer. Le choix que l'on fait de l'un ou de l'autre en ce monde, durera éternellement en l'autre. Et encore que l'un et l'autre soit ouvert pour vous recevoir, selon que vous le choisirez, cependant Dieu, qui est prêt à vous donner, ou l'un par sa justice ou l'autre par sa miséricorde, désire néanmoins d'un désir non pareil que vous choisissiez le Paradis ; et votre bon Ange vous en presse de tout son pouvoir, vous offrant de la part de Dieu mille grâces et mille secours pour vous aider à la montée.

Jésus-Christ du haut du Ciel vous regarde en sa débonnairété et vous invite doucement : Viens, ô ma chère âme, au repos éternel entre les bras de ma bonté, qui t'a préparé les délices immortelles en l'abondance de son amour. Voyez de vos yeux intérieurs la Sainte Vierge qui vous convie maternellement : Courage, ma fille, ne veuille pas mépriser les désirs de mon Fils, ni tant de soupirs que je jette pour toi, respirant avec lui ton salut éternel. Voyez les Saints qui vous exhortent, et un million de saintes âmes qui vous convient doucement, ne désirant que de voir un jour votre cœur joint au leur, pour louer

Dieu à jamais, et vous assurant que le chemin du Ciel n'est point si malaisé que le monde le fait : Hardiment, vous disent-elles, très chère amie ; qui considérera bien le chemin de la dévotion par lequel nous sommes montées, il verra que nous sommes venues en ces délices par des délices incomparablement plus suaves que celles du monde.

Cf acte d'élection.

[Chap. XVIII / Dixième méditation : par manière d'élection et choix que l'âme fait de la vie dévote](#)

A côté gauche, vous voyez le diable assis sur un grand trône haut élevé, avec plusieurs des esprits infernaux auprès de lui, et tout autour de lui, une grande troupe de mondains qui tous, à tête nue, le reconnaissent et lui font hommage, les uns par un péché, les autres par un autre. Voyez comme ils sont tous sans repos, sans ordre et sans contenance ; voyez comme ils se méprisent les uns les autres et comme ils ne s'aiment que par des faux semblants.

Du côté droit, voyez Jésus-Christ crucifié, qui, avec un amour cordial, prie pour ces pauvres endiablés afin qu'ils sortent de cette tyrannie, et qui les appelle à soi ; voyez une grande troupe de dévots qui sont autour de lui avec leurs Anges. Vous les verrez tous en une contenance douce, amiable, qu'ils écoutent Notre Seigneur, et tous le voudraient planter au milieu de leur cœur. Ils se réjouissent, mais d'une joie gracieuse, charitable et bien réglée ; ils s'entr'aiment mais d'un amour sacré et très pur. Ceux qui ont des afflictions en ce peuple dévot, ne se tourmentent pas beaucoup et n'en perdent point contenance. Bref, voyez les yeux du Sauveur qui les console, et que tous ensemblement aspirent à lui.

Vous avez meshui quitté Satan avec sa triste et malheureuse troupe, par les bonnes affections que vous avez conçues, et néanmoins vous n'êtes pas encore arrivée au Roi Jésus, ni jointe à son heureuse et sainte compagnie de dévots, mais vous avez été trouvée entre l'un et l'autre.

Le Roi crucifié vous appelle par votre nom propre : *Venez, ô ma bien aimée, venez*, afin que je vous couronne.

Cf acte d'élection.

[Chap. XIX / Comme il faut faire la confession générale](#)

Allez courageusement en esprit d'humilité faire votre confession générale ; mais je vous prie, ne vous laissez point troubler par aucune sorte d'appréhension. Le péché n'est honteux que quand nous le faisons, mais étant converti en confession et pénitence, il est honorable et salutaire. Si nous sommes bien humbles, Philothée, notre péché nous déplaira infiniment parce que Dieu en est offensé, mais l'accusation de notre péché nous sera douce et agréable, parce que Dieu en est honoré. Ouvrez donc bien votre cœur pour en faire sortir les péchés par la confession ; car à mesure qu'ils en sortiront, le précieux mérite de la Passion divine y entrera pour le remplir de bénédiction.

Mais dites bien tout, simplement et naïvement ; contentez bien votre conscience en cela pour une bonne fois.

[Chap. XX / Protestation authentique pour graver en l'âme la résolution de servir Dieu et conclure les actes de pénitence](#)

Cf Protestation authentique signée en la rénovation des vœux de mon baptême (22 février 1997 – église St Eloi, Lezennes)

[Chap. XXI / Conclusion pour cette première purgation](#)

[Soyez attentive à la parole d'absolution] que le Sauveur même de votre âme, assis sur le trône de sa miséricorde, prononcera là haut au Ciel devant tous les Anges et les Saints, à même temps qu'en son nom le prêtre vous absout ici bas en terre : si bien que toute cette troupe des bienheureux se réjouissant de votre bonheur, chantera le cantique spirituel d'une allégresse non pareille, et tous donneront le baiser de paix et de société à votre cœur remis en grâce et sanctifié.

Les affections au péché renaissent aisément en l'âme, à raison de notre infirmité et de notre concupiscence, qui peut être mortifiée mais qui ne peut mourir pendant que nous vivons ici-bas en terre.

[Chap. XXII / Qu'il se faut purger des affections que l'on a aux péchés véniels](#)

A mesure que la lumière intérieure du Saint-Esprit éclaire nos consciences, nous voyons plus distinctement et plus clairement les péchés, inclinations et imperfections qui nous peuvent empêcher d'atteindre à la vraie dévotion ; et la même lumière qui nous fait voir ces tares et déchets, nous échauffe au désir de nous en nettoyer et purger.

Nous ne pouvons jamais être tout à fait purs des péchés véniels, mais nous pouvons bien n'avoir aucune affection aux péchés véniels. Il ne faut point nourrir volontairement la volonté de continuer et persévérer en aucune sorte de péché véniel ; car aussi serait-ce une lâcheté trop grande de vouloir, tout à notre escent, garder en notre conscience une chose si déplaisante à Dieu comme est la volonté de lui vouloir déplaire. Ces affections sont directement contraires à la dévotion : elles alanguissent les forces de l'esprit, empêchent les consolations divines, ouvrent la porte aux tentations, et bien qu'elles ne tuent pas l'âme, elles la rendent extrêmement malade.

Ce n'est rien de dire quelque petit mensonge, de se dérégler un peu en paroles, en actions, en regards, en habits, en jolietés, en jeux, en danses, pourvu que tout aussitôt que ces araignes spirituelles sont entrées en notre conscience, nous les en rechassions et bannissons.

Les jeux, les bals, les festins, les pompes, les comédies, en leur substance ne sont nullement choses mauvaises mais indifférentes, pouvant être bien et mal exercées ; toujours néanmoins ces choses-là sont dangereuses, et de plus s'y affectionner, cela est encore plus dangereux.

Abbé Chaumont :

« Voulez-vous ne pas trop vous affectionner aux plaisirs du monde ? Subissez-les si votre devoir d'état l'exige, mais n'y attachez pas votre cœur, ni à rien de ce qui y ressemble. » (cf exemple des Nazaréens et le verjus) « Lorsqu'on se maintient dans l'attachement à ce genre de plaisirs, on n'est pas dans la vraie piété, on ne marche pas joyeusement, allègrement dans la charité ; on traine ses ailes dans la poussière des péchés véniels, et les bons désirs s'émoussent. »

Nous avons encore certaines inclinations naturelles lesquelles ne sont pas proprement péché, mais s'appellent imperfections, et leurs actes défauts et manquements.

Or, quoiqu'elles soient comme propres et naturelles à un chacun, pourtant par le soin et affection contraire on les peut corriger et modérer, et même on peut s'en délivrer et purger : et je vous dis, Philothée, qu'il le faut faire. Il n'y a point de si bon naturel qui ne puisse être rendu mauvais par les habitudes vicieuses ; il n'y a point aussi de naturel si revêche, qui, par la grâce de Dieu premièrement, puis par l'industrie et diligence, ne puisse être dompté et surmonté.

SECONDE PARTIE

CONTENANT DIVERS AVIS POUR L'ÉLEVATION DE L'ÂME À DIEU PAR L'ORAISON ET LES SACREMENTS

Chapitre I. De la nécessité de l'oraison

L'oraison mettant notre entendement en la clarté et lumière divine, et exposant notre volonté à la chaleur de l'amour céleste, il n'y a rien qui purge tant notre entendement de ses ignorances et notre volonté de ses affections dépravées : c'est l'eau de bénédiction qui, par son arrosage, fait reverdir et fleurir les plantes de nos bons désirs, lave nos âmes de leurs imperfections et désaltère nos cœurs de leurs passions.

En regardant [Notre Seigneur] souvent par la méditation, toute votre âme se remplira de lui ; vous apprendrez ses contenance, et formerez vos actions au modèle des siennes. Et nous, demeurant près du Sauveur par la méditation, et observant ses paroles, ses actions et ses affections, nous apprendront, moyennant sa grâce, à parler, faire et vouloir comme lui. Nous ne saurions aller à Dieu le Père que par cette porte.

Chapitre II. Brève méthode pour la méditation et premièrement de la présence de Dieu, premier point de la préparation

Le premier [moyen de se mettre en la présence de Dieu] gît en une vive et attentive appréhension de la toute présence de Dieu, c'est-à-dire que Dieu est en tout et partout ; comme les oiseaux, où qu'ils volent, rencontrent toujours l'air, ainsi, où que nous allons, où que nous soyons, nous trouvons Dieu présent. Nous ne voyons pas Dieu qui nous est présent, et, bien que la foi nous avertisse de sa présence, cependant ne le voyant pas de nos yeux, nous nous en oublions bien souvent. Cf Ps 136, 8 *« Si je monte au ciel, vous y êtes ; si je descends aux enfers, vous y êtes »* / Gn 28, 17, 16. *« Oh ! que ce lieu est redoutable ! Vraiment Dieu est ici, et je n'en savais rien. Venant donc à la prière, il vous faut dire de tout votre cœur et à votre cœur : Ô mon cœur, mon cœur, Dieu est vraiment ici. »*

Le second moyen de se mettre en cette sacrée présence, c'est de penser que non seulement Dieu est au lieu où vous êtes, mais qu'il est très particulièrement en votre cœur et au fond de votre esprit, étant là comme le cœur de votre cœur et l'esprit de votre esprit. Cf Ps 72, 26 *« Dieu de mon cœur »*

Le troisième moyen, c'est de considérer notre Sauveur, lequel en son humanité regarde dès le Ciel toutes les personnes du monde, mais particulièrement les chrétiens qui sont ses enfants, et plus spécialement ceux qui sont en prière. Cf Ct 2, 9 *« Le voilà qu'il est derrière la paroi, voyant par les fenêtres, regardant par les treillis »*

La quatrième façon consiste à se servir de la simple imagination, nous représentant le Sauveur en son humanité sacrée comme s'il était près de nous.

Chapitre III. De l'invocation, second point de la préparation

Votre âme se sentant en la présence de Dieu, se prosterne en une extrême révérence, se connaissant très indigne de demeurer devant une si souveraine Majesté, et néanmoins, sachant que cette même Bonté le veut, elle lui demande la grâce de la bien servir et adorer en cette méditation. Vous pourrez user de quelques paroles courtes et enflammées, comme sont celles ici de David : *Ne me rejetez point de devant votre face, et ne m'ôtez point votre Saint Esprit (Ps 50, 13) ; Eclaircissez votre face sur votre servante (Ps 30, 17 ; 118, 135) et je considérerai vos merveilles (Ps 118, 18) ; Donnez-moi l'entendement, et je regarderai votre loi et la garderai de tout mon cœur (118, 34) ; Je suis votre servante, donnez-moi l'esprit (Ps 118, 125)*

Il vous servira encore d'ajouter l'invocation de votre bon Ange et des sacrées personnes qui se trouveront au mystère que vous méditez.

Chapitre IV. De la proposition du mystère, troisième point de la préparation

Fabrication du lieu, ou leçon intérieure, ce n'est autre chose que proposer à son imagination le corps du mystère que l'on veut méditer, comme s'il se passait réellement et de fait en notre présence ; ou, si vous voulez, car c'est tout un, vous vous imaginerez qu'au lieu même où vous êtes se fait le mystère de Notre-Seigneur, en la façon que les Evangélistes le décrivent. Quant aux autres mystères, de la grandeur de Dieu, de l'excellence des vertus, de la fin pour laquelle nous sommes créés, qui sont des choses invisibles, il n'est pas question de vouloir se servir de cette sorte d'imagination.

Or, par le moyen de cette imagination, nous enfermons notre esprit dans le mystère que nous voulons méditer, afin qu'il n'aille pas courant çà et là.

Chapitre V. Des considérations, seconde partie de la méditation

Après l'action de l'imagination, s'ensuit l'action de l'entendement que nous appelons méditation, qui n'est autre chose qu'une ou plusieurs considérations faites afin d'émouvoir nos affections en Dieu et aux choses divines.

Que si votre esprit trouve assez de goût, de lumière et de fruit sur l'une des considérations, vous vous y arrêtez sans passer plus outre. Mais si vous ne rencontrez pas selon votre souhait en l'une des considérations, après avoir un peu marchandé et essayé, vous passerez à une autre ; mais allez tout bellement et simplement en cette besogne, sans vous y empresser.

Chapitre VI. Des affections et résolutions, troisième partie de la méditation

La méditation répand des bons mouvements en la volonté ou partie affective de notre âme, comme sont l'amour de Dieu et du prochain, el désir du Paradis et de la gloire, le zèle du salut des âmes, l'imitation de la vie de Notre Seigneur, la compassion, l'admiration, la réjouissance, la crainte de la disgrâce de Dieu, du jugement et de l'enfer, la haine du péché, la confiance en la bonté et miséricorde de Dieu, la confusion pour notre mauvaise vie passée : et en ces affections, notre esprit se doit épancher et étendre le plus qu'il lui sera possible.

Il ne faut pas pourtant s'arrêter tant à ces affections générales, que vous ne les convertissiez en des résolutions spéciales et particulières pour votre correction et amendement. Par ce moyen, vous corrigerez vos fautes en peu de temps, là où par les seules affections vous le ferez tard et malaisément.

Chapitre VII. De la conclusion et bouquet spirituel

Il faut conclure la méditation par trois actions, qu'il faut faire avec le plus d'humilité que l'on peut. La première, c'est l'action de grâce. La seconde, c'est l'action d'offrande. La troisième action est celle de la supplication. Enfin, j'ai remarqué qu'il fallait dire le *Pater Noster* et *Ave Maria*, qui est la générale et nécessaire prière de tous les fidèles.

A tout cela, j'ai ajouté qu'il fallait cueillir un petit bouquet de dévotion ; ainsi notre esprit ayant discouru sur quelque mystère par la méditation, nous devons choisir un ou deux ou trois points que nous aurons trouvés plus à notre goût, et plus propres à notre avancement, pour nous en ressouvenir le reste de la journée et les odorier spirituellement.

Chapitre VIII. Quelques avis très utiles sur le sujet de la méditation

Il faut qu'au sortir de votre méditation vous reteniez les résolutions et délibérations que vous aurez prises, pour les pratiquer soigneusement ce jour-là. C'est le grand fruit de la méditation, sans lequel elle est bien souvent, non seulement inutile, mais nuisible. Il faut donc par tous moyens s'essayer de les pratiquer, et en chercher les occasions petites ou grandes.

Au sortir de cette oraison cordiale, il vous faut prendre garde de ne point donner de secousse à votre cœur ; je veux dire qu'il faut garder, s'il est possible, un peu de silence, et remuer tout doucement votre cœur, de l'oraison aux affaires, retenant le plus longtemps qu'il vous sera possible le sentiment et les affections que vous aurez conçues. Il faut même que vous vous accoutumiez à savoir passer de l'oraison à toutes sortes d'actions que votre vacation et profession requiert justement et légitimement de vous.

C'est une règle générale qu'il ne faut jamais retenir les affections, mais les laisser toujours sortir quand elles se présentent. Ce que je dis non seulement pour les autres affections, mais aussi pour l'action de grâce, l'offrande et la prière qui se peuvent faire parmi les considérations. Mais quant aux résolutions, il les faut faire après les affections et sur la fin de toute

la méditation, avant la conclusion, puisqu'ayant à nous représenter des objets particuliers et familiers, elles nous mettraient en danger, si nous les faisons parmi les affections, d'entrer en des distractions.

Chapitre IX. Pour les sécheresses qui arrivent en la méditation

S'il vous arrive de n'avoir point de goût ni de consolation en la méditation, je vous conjure de ne vous point troubler, mais quelquefois ouvrez la porte aux paroles vocales : *Je ne vous laisserai point que vous ne m'ayez donné votre bénédiction* (Gn 32, 26), *Oui, Seigneur*, je suis une chienne, *mais les chiens mangent des miettes de la table de leur maître*. (Mt 15, 27) Autres fois, prenez un livre en main. Piquez quelquefois votre cœur par quelque contenance et mouvement de dévotion extérieure.

Que si après tout cela vous n'êtes point consolée, pour grande que soit votre sécheresse, ne vous troublez point, mais continuez à vous tenir en une contenance dévote devant votre Dieu. Ainsi devons-nous venir à la sainte oraison, purement et simplement pour rendre notre devoir et témoigner notre fidélité. Nous devons demeurer là devant cette souveraine Bonté, avec un maintien dévotieux et paisible ; et lors infailliblement il agréera notre patience, et remarquera notre assiduité et persévérance, si bien qu'une autre fois, quand nous reviendrons devant lui, il nous favorisera et s'entretiendra avec nous par ses consolations, nous faisant voir l'aménité de la sainte oraison. Mais quand il ne le ferait pas, contentons-nous que ce nous est un honneur trop plus grand d'être auprès de lui et à sa vue.

Chapitre X. Exercice pour le matin

1. Remerciez et adorez Dieu profondément pour la grâce qu'il vous a faite de vous avoir conservée la nuit précédente ; et si vous aviez en icelle commis quelque péché, vous lui demanderez pardon.

2. Voyez que le jour présent vous est donné afin qu'en icelui vous puissiez gagner le jour à venir de l'éternité, et ferez un ferme propos de bien employer la journée à cette intention.

3. Prévoyez quels affaires, quels commerces et quelles occasions vous pouvez rencontrer cette journée-là pour servir Dieu, et quelles tentations vous pourront survenir de l'offenser ; et, par une sainte résolution, préparez-vous à bien employer les moyens qui se doivent offrir à vous de servir Dieu et avancer votre dévotion ; comme au contraire, disposez-vous à bien éviter, combattre et vaincre ce qui peut se présenter contre votre salut et la gloire de Dieu.

4. Cela fait, humiliez-vous devant Dieu, reconnaissant que de vous-même vous ne sauriez rien faire de ce que vous avez délibéré, soit pour fuir le mal, soit pour exécuter le bien. Et comme si vous teniez votre cœur en vos mains, offrez-le avec tous vos bons desseins à la divine Majesté, la suppliant de le prendre en sa protection et le fortifier pour bien réussir en son service.

Je vous prie, Philothée, de n'y manquer jamais.

Chapitre XI. De l'exercice du soir et de l'examen de conscience

Comme devant votre dîner temporel vous ferez le dîner spirituel par le moyen de la méditation.

Quant à l'examen de conscience qui se doit toujours faire avant qu'aller coucher, cf *prière du soir du Directoire*. Cet exercice ici ne doit jamais être oublié, non plus que celui du matin ; car par celui du matin vous ouvrez les fenêtres de votre âme au Soleil de justice, et par celui du soir vous les fermez aux ténèbres de l'enfer.

Chapitre XII. De la retraite spirituelle

En cet article consiste l'un des plus assurés moyens de votre avancement spirituel.

Rappelez le plus souvent que vous pourrez parmi la journée, votre esprit en la présence de Dieu par l'une des quatre façons que je vous ai remarquées : regardez ce que Dieu fait et ce que vous faites.

Nos cœurs doivent prendre et choisir quelque place chaque jour, ou sur le mont de Calvaire, ou ès plaies de Notre Seigneur, ou en quelque autre lieu proche de lui, pour y faire leur retraite à toutes sortes d'occasions, et là s'alléger et récréer entre les affaires extérieures, et pour y être comme dans un fort, afin de se défendre des tentations. *Vous êtes ma maison de refuge, mon rempart assuré, mon toit contre la pluie et mon ombre contre la chaleur*. (Ps 30, 3 ; Si 34, 19)

Retirez donc quelquefois votre esprit dedans votre cœur, où, séparée de tous les hommes, vous puissiez traiter cœur à cœur de votre âme avec son Dieu, pour dire avec David : *J'ai veillé et ai été semblable au pélican de la solitude ; j'ai été fait comme le chat-huant ou le hibou dans les mesures, et comme le passereau solitaire au toit*. (Ps 101, 7, 8)

Chapitre XIII. Des aspirations, oraisons jaculatoires et bonnes pensées

On se retire en Dieu parce qu'on aspire à lui, et on y aspire pour s'y retirer ; si bien que l'aspiration en Dieu et la retraite spirituelle s'entretiennent l'une l'autre et toutes deux proviennent et naissent des bonnes pensées.

Aspirez donc bien souvent en Dieu, Philothée, par des courts mais ardents élancements de votre cœur : faites mille sortes de divers mouvements de votre cœur pour vous donner de l'amour de Dieu, et vous exciter à une passionnée et tendre dilection de ce divin Epoux.

Notre esprit s'adonnant à la fréquentation, privauté et familiarité de son Dieu, se parfumerait tout de ses perfections. Soit en la retraite spirituelle, soit en ces élancements intérieurs, on ne fait que des petits et courts divertissements qui n'empêchent nullement, mais servent de beaucoup à la poursuite de ce que nous faisons.

Plusieurs ont ramassé beaucoup d'aspirations vocales qui vraiment sont fort utiles ; mais par mon avis, vous ne vous astreindrez point à aucune sorte de paroles, mais prononcerez ou de cœur ou de bouche celles que l'amour vous suggérera sur le champ. Il y est vrai qu'il y a certains mots qui ont une force particulière, comme sont les élancements semés si abondamment dans les psaumes, les invocations diverses du nom de Jésus, et les traits d'amour qui sont imprimés au Cantique des Cantiques. Les chansons spirituelles servent encore à même intention.

Ceux qui aiment Dieu ne peuvent cesser de penser en lui, respirer pour lui, aspirer à lui et parler de lui, et voudraient, s'il était possible, graver sur la poitrine de toutes les personnes du monde le saint et sacré nom de Jésus. Tout ce qui est au monde leur parle d'un langage muet, mais fort intelligible, en faveur de leur amour.

Les faibles, comme coquilles, cornets et tiges d'herbes, se laissent emporter tantôt à l'affliction, tantôt à la consolation, à la merci des ondes et vagues de la fortune, mais les grands courages demeurent fermes et immobiles à toutes sortes d'orages.

En cet exercice de la retraite spirituelle et des oraisons jaculatoires gît la grande œuvre de la dévotion : il peut suppléer au défaut de toutes les autres oraisons, mais le manquement d'icelui ne peut presque point être réparé par aucun autre moyen. Sans icelui, on ne peut pas bien faire la vie contemplative ; sans icelui, le repos n'est qu'oisiveté, et le travail qu'embarrasement, c'est pourquoi je vous conjure de l'embrasser de tout votre cœur, sans jamais vous en départir.

Chapitre XIV. De la très sainte messe et comme il faut la ouïr

1. Le soleil des exercices spirituels est le très saint, sacré et très souverain Sacrifice et Sacrement de la Messe, centre de la religion chrétienne, cœur de la dévotion, âme de la piété, mystère ineffable qui comprend l'abîme de la charité divine, et par lequel Dieu s'appliquant réellement à nous, nous communique magnifiquement ses grâces et faveurs.

2. L'oraison faite en l'union de ce divin Sacrifice a une force indicible, de sorte que par icelui, l'âme abonde en célestes faveurs, comme appuyée sur son Bien-Aimé (Ct 8, 5), qui la rend si pleine d'odeurs et suavités spirituelles.

3. Assister à la messe afin d'offrir avec le prêtre le sacrifice de votre Rédempteur à Dieu son Père, pour vous et pour toute l'Eglise. Toujours les Anges en grand nombre s'y trouvent ; et nous y trouvant avec eux et avec une même intention, nous ne pouvons que recevoir beaucoup d'influences propices par une telle société. **Les chœurs de l'Eglise triomphante et ceux de l'Eglise militante se viennent attacher et joindre à Notre Seigneur en cette divine action, pour avec lui, en lui et par lui ravir le cœur de Dieu le Père et rendre sa miséricorde toute nôtre.**

4. Si, par quelque force forcée, vous ne pouvez pas vous rendre présente à la célébration de ce souverain Sacrifice, d'une présence réelle, au moins faut-il que vous portiez votre cœur pour y assister d'une présence spirituelle. Allez en esprit en l'église ; unissez votre intention à celle de tous les chrétiens, et faites les mêmes actions intérieures au lieu où vous êtes, que vous feriez si vous étiez réellement présente.

5. Dès le commencement jusques à ce que le prêtre se soit mis à l'autel, se mettre en la présence de Dieu, reconnaître votre indignité et demander pardon de vos fautes.

cf Directoire pour l'attitude intérieure pendant la sainte Messe.

Protestez de vouloir vivre et mourir en la foi et obéissance de sa sainte parole et en l'union de la sainte Eglise catholique.

Jusques à la Communion, efforcez-vous de faire mille désirs de votre cœur, souhaitant ardemment d'être à jamais jointe et unie à notre Sauveur par amour éternel.

Chapitre XV. Des autres exercices publics et communs

Les fêtes et dimanches sont dédiés à Dieu, et faut bien faire plus d'actions à son honneur et gloire en iceux que non pas en autres jours. Vous sentirez mille douceurs de dévotion par ce moyen.

Il y a toujours plus de bien et de consolation aux offices publics de l'Eglise, que non pas aux actions particulières, Dieu ayant ainsi ordonné que la communion soit préférée à toute sorte de particularité.

Bien qu'il puisse arriver que l'on fit d'aussi bons exercices à part soi, et que peut-être l'on goûtât plus de les faire en particulier, pourtant Dieu est plus glorifié de l'union et contribution que nous faisons de nos bienfaits avec nos frères et prochains. Aux prières et dévotions publiques, tant qu'il nous est possible, nous devons porter notre bon exemple pour l'édification du prochain, et notre affection pour la gloire de Dieu et l'intention commune.

Chapitre XVI. Qu'il faut honorer et invoquer les Saints

Comme les petits rossignols apprennent à chanter avec les grands, ainsi, par le sacré commerce que nous ferons avec les Saints, nous saurons bien mieux prier et chanter les louanges divines : *Je te chante en présence des Anges* (Ps 137, 1)

Honorez, révérez et respectez d'un amour spécial la sacrée et glorieuse Vierge Marie. Recourons donc à elle, jetons-nous à son giron avec une confiance parfaite ; à tous moments, à toutes occurrences réclamons cette douce Mère, invoquons son amour maternel, et, tâchant d'imiter ses vertus, ayons en son endroit un vrai cœur filial.

Rendez-vous fort familière avec les Anges ; voyez les souvent invisiblement présents à votre vie. Suppliez-les souvent, louez-les ordinairement, et employez leur aide et secours en toutes vos affaires, soit spirituelles, soit temporelles.

Choisissez quelques Saints particuliers, la vie desquels vous puissiez mieux savourer et imiter, et en l'intercession desquels vous ayez une particulière confiance : celui de votre nom vous est déjà tout assigné dès votre Baptême.

Chapitre XVII. Comme il faut ouïr et lire la parole de Dieu

Abbé Chaumont : « La Parole de Dieu, c'est tout ce qui nous parle de Dieu ou au nom de Dieu. »

Ecoutez toujours la parole de Dieu avec attention et révérence ; faites-en bien votre profit et ne permettez pas qu'elle tombe à terre, mais recevez-la comme un précieux baume dans votre cœur, à l'imitation de la Très Sainte Vierge. Et souvenez-vous que Notre-Seigneur recueille les paroles que nous lui disons en nos prières, à mesure que nous recueillons celles qu'il nous dit par la prédication.

Ayez toujours auprès de vous quelque livre de dévotion ; lisez-en tous les jours un peu avec grande dévotion, comme si vous lisiez des lettres missives que les Saints vous eussent envoyées du Ciel, pour vous montrer le chemin et vous donner le courage d'y aller.

Lisez aussi les histoires et Vies des Saints ; et accommodez leurs actions à votre profit selon votre vacation. Il y en a où il y a plus de sujets d'admiration que d'imitation, lesquelles ne laissent pas néanmoins de donner un grand goût général du saint amour de Dieu.

Chapitre XVIII. Comme il faut recevoir les inspirations

Nous appelons inspirations tous les attrait, mouvements, reproches et remords intérieurs, lumières et connaissances que Dieu fait en nous, *prévenant* notre cœur *en ses bénédictions* (Ps 20, 3) par son soin et amour paternel, afin de nous réveiller, exciter, pousser et attirer aux saintes vertus, à l'amour céleste, aux bonnes résolutions, bref, à tout ce qui nous achemine à notre bien éternel. C'est ce que l'Epoux appelle heurter à la porte et parler au cœur de son Epouse, la réveiller quand elle dort, la crier et réclamer quand elle est absente, l'inviter à son miel et à cueillir des pommes et des fleurs en son jardin, et à chanter et faire résonner sa douce voix à ses oreilles.

Dieu voulant faire en nous, par nous et avec nous quelque action de grande charité, premièrement, il nous la propose par son inspiration ; secondement, nous l'agréons ; tiercement, nous y consentons ; car, comme pour descendre au péché il y a trois degrés, la tentation, la délectation et le consentement, aussi y en a-t-il trois pour monter à la vertu.

Résolvez-vous d'accepter de bon cœur toutes les inspirations qu'il plaira à Dieu de vous faire ; et quand elles arriveront, recevez-les comme ambassadeurs du Roi céleste qui désire contracter mariage avec vous. Oyez paisiblement leurs propositions ; considérez l'amour avec lequel vous êtes inspirée, et caressez la sainte inspiration. Consentez, mais d'un consentement plein, amoureux et constant à la sainte inspiration. Mais avant que de consentir aux inspirations des choses importantes ou extraordinaires, afin de n'être point trompée, conseillez-vous toujours à votre guide, d'autant que l'ennemi voyant une âme prompte à consentir aux inspirations, lui en propose bien souvent des fausses. Le consentement étant donné, il faut avec un grand soin procurer les effets, et venir à l'exécution de l'inspiration, qui est le comble de la vraie vertu.

Or, à tout ceci sert merveilleusement de bien pratiquer l'exercice du matin et les retraites spirituelles.

Chapitre XIX. De la sainte confession

L'âme qui a consenti au péché doit avoir horreur de soi-même, et se nettoyer au plus tôt, pour le respect qu'elle doit porter aux yeux de sa divine Majesté qui la regarde. Par la confession, vous ne recevrez pas seulement l'absolution des péchés véniels que vous confesserez, mais aussi une grande force pour les éviter à l'avenir, une grande lumière pour les bien discerner, et une grâce abondante pour réparer toute la perte qu'ils vous avaient apportée. Vous pratiquerez la vertu d'humilité, d'obéissance, de simplicité et de charité ; et en cette seule action de confession, vous exercerez plus de vertu qu'en nulle autre.

Ayez toujours un vrai déplaisir des péchés que vous confesserez, pour petits qu'ils soient, avec une ferme résolution de vous en corriger à l'avenir. C'est un abus de se confesser de quelque sorte de péché, soit mortel, soit véniel, sans vouloir s'en purger, puisque la confession n'est instituée que pour cela.

Ne faites pas seulement ces accusations superflues que plusieurs font par routine : la raison est, parce qu'en disant cela vous ne direz rien de particulier qui puisse faire entendre au confesseur l'état de votre conscience, d'autant que tous les saints de Paradis et tous les hommes de la terre pourraient dire les mêmes choses s'ils se confessaient.

Ne vous contentez pas de dire vos péchés véniels quant au fait, mais accusez-vous du motif qui vous a induite à les commettre. S'accusant ainsi naïvement, on ne découvre pas seulement les péchés qu'on a faits, mais aussi les mauvaises inclinations, coutumes, habitudes et autres racines du péché.

Abbé Chaumont :

L'accusation des simples imperfections ne comporte pas matière à absolution. Dites bien le nombre, la durée et surtout la cause de vos fautes (dans la mesure du possible les circonstances).

❖ *Méthodes d'examen :*

Il y a plusieurs méthodes d'examen de conscience. La première consiste à passer en revue les commandements de Dieu et de l'Eglise, les péchés capitaux et les devoirs d'état. La deuxième méthode consiste à se servir des examens qui se trouvent dans des livres. Une troisième, ramène le souvenir jour par jour de ce que l'on a fait, et des circonstances où l'on s'est trouvé depuis sa dernière confession. On peut encore s'examiner sur les fautes commises par pensées, paroles, actions et omissions, et il ne serait pas inutile de joindre à cet examen celui d'un point particulier à l'âme. Les méthodes qui laisseraient l'âme s'attarder à un examen minutieux de ses fautes, l'empêchant ainsi d'entrer dans le détail des motifs de contrition, seraient mauvaises et dangereuses.

❖ *Sujets d'accusation et ordre de ces sujets dans la confession :*

Confiteur avant d'entrer. Devant le prêtre : « Bénissez moi mon Père, car j'ai péché ».

Confesser les fautes dans le service de Dieu, puis les fautes personnelles, et les manquements à l'égard du prochain.

Commencer par la formule : « Mon Père, je m'accuse... Ensuite, j'ai à me reprocher... » Et dans chaque catégorie, ne pas répéter la formule.

Dire les fautes les plus graves d'abord. Pour les fautes à peine vénielles, ne pas donner trop de détail. Pour les fautes graves, être précis.

Découvrir au confesseur la note générale, le péché, et la disposition fâcheuse de l'âme.

Ces accusations dureront à peine deux minutes.

Ecouter avec une religieuse attention la parole du prêtre, et faire silence extérieurement et intérieurement pour l'entendre, laissant absolument de côté les scrupules inutiles et même les oublis.

❖ *Dispositions dans lesquelles on doit sortir du confessionnal :*

Ce qui presse surtout c'est de convenir avec Notre-Seigneur que pendant la semaine qui va suivre, on mettra en pratique les moyens les plus énergiques pour ne pas retomber dans les petites fautes dont on vient de s'accuser. Ne négligez pas cette pieuse pratique, et vous constaterez un progrès très notable dans votre sanctification à partir du moment où vous y serez habituellement fidèles.

Chapitre XX. De la fréquente communion

Le Sauveur a institué ce Sacrement très auguste de l'Eucharistie qui contient réellement sa chair et son sang, *afin que qui le mange vive éternellement (Jn 6, 50-59)* ; c'est pourquoi, quiconque en use souvent avec dévotion affermit tellement la santé et la vie de son âme, qu'il est presque impossible qu'il soit empoisonné d'aucune sorte de mauvaise affection. On ne peut être nourri de cette chair de vie et vivre des affections de mort.

Ce n'est pas merveille si nos cœurs, quoique frêles et imbéciles, sont préservés de la corruption du péché lorsqu'ils sont sucrés et emmiellés de la chair et du sang incorruptibles du Fils de Dieu.

« De recevoir la communion de l'Eucharistie tous les jours, ni je ne le loue ni je ne le vitupère (*blâme) ; mais de communier tous les jours de dimanche, je le suade (*conseille) et en exhorte un chacun, pourvu que l'esprit soit sans aucune affection de pécher. » Ce sont les paroles de saint Augustin, avec lequel je ne vitupère ni loue absolument que l'on communie tous les jours.

Chapitre XXI. Comme il faut communier

Commencez le soir précédent à vous préparer à la sainte Communion par plusieurs aspirations et élancements d'amour.

Que si la nuit vous vous réveillez, remplissez soudain votre cœur et votre bouche de quelques paroles odorantes, par le moyen desquelles votre âme soit parfumée pour recevoir l'Epoux, lequel, veillant pendant que vous dormez, se prépare à vous apporter mille grâces et faveurs, si de votre part vous êtes disposée à les recevoir.

Le matin, levez-vous avec grande joie pour le bonheur que vous espérez, et vous étant confessée, allez avec grande confiance, mais aussi avec grande humilité, prendre cette viande céleste qui vous nourrit à l'immortalité.

Après que vous aurez dit les paroles sacrées : *Seigneur, je ne suis pas digne*, ne remuez plus votre tête ni vos lèvres, soit pour prier soit pour soupirer, mais ouvrant doucement et médiocrement votre bouche, et recevez pleine de foi, d'espérance et de charité Celui lequel, auquel, par lequel et pour lequel vous croyez, espérez et aimez.

L'ayant reçu, excitez votre cœur à venir faire hommage à ce Roi de salut ; traitez avec lui de vos affaires intérieures, considérez-le dedans vous, où il s'est mis pour votre bonheur ; enfin, faites-lui tout l'accueil qu'il vous sera possible, et comportez-vous en sorte que l'on connaisse en toutes vos actions que Dieu est avec vous.

Mais quand vous ne pourrez pas avoir ce bien de communier réellement à la sainte Messe, communiez au moins de cœur et d'esprit, vous unissant par un ardent désir à cette chair vivifiante du Sauveur.

Votre grande intention en la communion doit être de vous avancer, fortifier et consoler en l'amour de Dieu.

Si les mondains vous demandent pourquoi vous communiez si souvent, dites-leur que c'est pour apprendre à aimer Dieu, que pour vous, comme imparfaite, faible et malade, vous avez besoin de souvent communiquer avec votre perfection, votre force et votre médecin. Dites-leur que vous recevez le Saint-Sacrement pour apprendre à le bien recevoir, parce que l'on ne fait guère bien une action à laquelle on ne s'exerce pas souvent.

À force d'adorer et manger la beauté, la bonté et la pureté même en ce divin Sacrement, vous deviendrez toute belle, toute bonne et toute pure.

TROISIÈME PARTIE

CONTENANT PLUSIEURS AVIS TOUCHANT L'EXERCICE DES VERTUS

Abbé Chaumont : « Saint François de Sales a pris les plus délicates précautions pour qu'elle ne tombe plus dans des fautes considérables, mais il a aussi travaillé à la purifier de toute attache aux fautes même vénielles, et a poursuivi en elle jusqu'aux plus légères imperfections. Sainte Jeanne de Chantal à Saint François de Sales après la sainte Communion : « Je viens de faire le tour de mon cœur ; vraiment, mon Père, je n'y ai plus rien trouvé qui fût volontairement déplaisant à Notre Seigneur ». St François de Sales a vu en elle encore beaucoup de faiblesse et d'inexpérience, sans doute, mais aussi une grande bonne volonté.

Saint François de Sales a attaché une importance considérable à l'oraison vitale, à l'union intime et incessante de l'âme avec Dieu. Il a été jusqu'à dire que rien ne peut remplacer cette oraison et qu'elle seule peut, en cas de grave nécessité, suppléer à tout le reste.

On peut avoir une piété sincère, éclairée même et nourrie par la fréquentation des sacrements, et rester en même temps, dans l'exercice de ses devoirs d'état, une pitoyable chrétienne. Saint François de Sales demande que Philothée, déjà fervente devant Dieu, fasse sentir autour d'elle une salutaire influence et passe de la théorie, ordinairement facile, à la l'exercice, souvent beaucoup plus difficile, de la vertu. »

1. Du choix que l'on doit faire quant à l'exercice des vertus

La charité n'entre jamais dans un cœur qu'elle n'y loge avec soi tout le train des autres vertus, mais elle ne les met pas en œuvre ni tout à coup, ni également, ni en tous temps, ni en tous lieux. C'est un grand défaut en plusieurs qui, entreprenant l'exercice de quelque vertu particulière, s'opiniâtrent d'en produire des actions en toutes sortes de rencontres, et veulent, comme ces anciens philosophes, ou toujours pleurer ou toujours rire ; et font encore pis quand ils blâment et censurent ceux qui, comme eux, n'exercent pas toujours ces mêmes vertus. *Il se faut réjouir avec les joyeux et pleurer avec les pleurants*, dit l'Apôtre ; et *la charité est patiente, bénigne, libérale, prudente, condescendante.*

Il y a néanmoins des vertus lesquelles ont leur usage presque universel, et qui ne doivent pas seulement faire leurs actions à part, mais doivent encore répandre leurs qualités ès actions de toutes les autres vertus. La douceur, la tempérance, l'honnêteté et l'humilité sont des certaines vertus desquelles toutes les actions de notre vie doivent être teintées.

Entre les exercices des vertus, nous devons préférer celui qui est plus conforme à notre devoir, et non pas celui qui est plus conforme à notre goût.

Entre les vertus qui ne regardent pas notre devoir particulier, il faut préférer les plus excellentes et non pas les plus apparentes. Ainsi préfère-t-on communément l'aumône temporelle à la spirituelle, la haire (*cilice*), le jeûne, la nudité, la discipline et les mortifications du corps à la douceur, à la débonnairété, à la modestie et autres mortifications du cœur, qui néanmoins sont bien plus excellentes.

Il est utile qu'un chacun choisisse un exercice particulier de quelque vertu, non point pour abandonner les autres, mais pour tenir plus justement son esprit rangé et occupé.

Quand nous sommes combattus de quelque vice, il faut, tant qu'il nous est possible, embrasser la pratique de la vertu contraire, rapportant les autres à icelle ; car par ce moyen nous vaincrons notre ennemi et ne laisserons pas de nous avancer en toutes les vertus. Si je suis combattu par l'orgueil ou par la colère, il faut qu'en toute chose je me penche et plie du côté de l'humilité et de la douceur, et qu'à cela je fasse servir les autres exercices de l'oraison, des Sacrements, de la prudence, de la constance, de la sobriété.

Abbé Chaumont : « La charité ou l'état de grâce, c'est la vie de Jésus en nous, et cette vie suppose avec soi la présence des vertus ; à ce point qu'on peut dire de l'âme qui n'a même encore que le degré infime de l'état de grâce, qu'elle porte déjà en soi le principe de toutes les perfections : qui a Jésus a tout ! »

2. Suite du même discours du choix des vertus

a) *Des erreurs des débutants, bons présages, à dépasser* : Saint Augustin dit excellemment, que ceux qui commencent en la dévotion commettent certaines fautes lesquelles sont blâmables selon la rigueur des lois de la perfection, et sont néanmoins louables pour le bon présage qu'elles donnent d'une future excellence de piété, à laquelle même elles servent de disposition. Cette basse et grossière crainte qui engendre les scrupules excessifs es âmes de ceux qui sortent nouvellement du train des péchés, est une vertu recommandable en ce commencement, et présage certain d'une future pureté de conscience ; mais cette même crainte serait blâmable en ceux qui sont fort avancés, dedans le cœur desquels doit régner l'amour, qui petit à petit chasse cette sorte de crainte servile.

b) *Admirer la vertu des autres, travailler la sienne toujours avec l'aide de nos conducteurs* : Il faut avoir bonne opinion de ceux esquels nous voyons la pratique des vertus, quoiqu'avec imperfection, puisque les Saints mêmes les ont souvent pratiquées en cette sorte ; mais quant à nous, il nous faut avoir soin de nous y exercer, non seulement fidèlement, mais prudemment, et à cet effet observer étroitement l'avis du Sage, de *ne point nous appuyer sur notre propre prudence*, mais sur celle de ceux que Dieu nous a donnés pour conducteurs.

c) *Du piège des grâces extraordinaires, et de la basse mais pure prétention que nous devons avoir* : Les extases ou ravissements, les insensibilités, impassibilités, unions déifiques, élévations, etc., ces perfections ne sont pas vertu ; ce sont plutôt des récompenses que Dieu donne pour les vertus, ou bien encore plutôt des échantillons des félicités de la vie future, qui quelques fois sont présentés aux hommes pour leur faire désirer les pièces toutes entières qui sont là haut en Paradis. Il ne faut pas prétendre à telles grâces, puisqu'elles ne sont nullement nécessaires pour bien servir et aimer Dieu, qui doit être notre unique prétention. Exerçons-nous simplement, humblement et dévotement aux petites vertus, la conquête desquelles Notre Seigneur a exposée à notre soin et travail : comme la patience, la débonnairété, la mortification du cœur, l'humilité, l'obéissance, la pauvreté, la chasteté, la tendreté envers le prochain, le support de ses imperfections, la diligence et sainte ferveur.

Laissons volontiers les suréminences aux âmes surélevées : nous ne méritons pas un rang si haut au service de Dieu. Ce Roi de gloire ne récompense pas ses serviteurs selon la dignité des offices qu'ils exercent, mais selon **l'amour et l'humilité** avec laquelle ils les exercent. Les prétentions si hautes des choses extraordinaires sont grandement sujettes aux illusions, tromperies et faussetés, et arrivent quelquefois que ceux qui pensent être des anges ne sont pas seulement bons hommes, et qu'en leur fait il y a plus de grandeur es paroles et termes dont ils usent, qu'au sentiment et en l'œuvre.

En bénissant la suréminence des autres, arrêtons-nous humblement en notre voie plus basse, mais plus assurée, moins excellente, mais plus sortable (* *convenable*) à notre insuffisance et petitesse, en laquelle si nous restons humblement et fidèlement, Dieu nous élèvera à des grandeurs bien grandes.

Abbé Chaumont : « On peut donc tirer plus de profit des vertus communes que des vertus extraordinaires. Qui ne peut être habituellement humble, patient, condescendant pour le prochain ? Qui ne peut, bien des fois, au cours de la journée, ramener son cœur à la sainte présence de Dieu ? Qui ne peut se supporter à chaque instant soi-même, et, tout en constatant ses imperfections, en accepter avec douceur l'abjection ? Il faut attacher une très grande importance à cette distinction entre les vertus ; si on le comprend bien, on ressentira une dévotion particulière, non pour ces actes héroïques qui ne sont pas souvent à notre portée, mais pour les vertus modestes que pratiquait éminemment la très sainte Vierge ; elles sont entre nos mains à discrétion et constituent le vrai sel de la vie spirituel.

Ne vous demandez pas si vous feriez bien la visite d'un diocèse, ou si vous devriez rappeler à leurs devoirs ceux qui conduisent les peuples : vous n'avez pas grâce pour tout cela. Demandez-vous plutôt si vous êtes fidèles à remplir les devoirs de la vocation plus modeste, mais aussi glorifiante pour Dieu, que vous avez reçue en partage ; si vous reproduisez dans votre vie quelque chose de cette perfection de détails dont la très sainte Vierge, dans la maison de Nazareth fut le parfait modèle. Gardez bien votre humble rôle, et sans chercher ce qu'il faudrait de toile et de couleurs pour peindre un grand tableau, apportez tout votre art pour essayer de réaliser, avec un peu de toile et de couleurs, un petit chef d'œuvre ! »

3. De la patience

Vous avez besoin de patience, afin que faisant la volonté de Dieu, vous en rapportiez la promesse (He 10, 36)

C'est par votre constance que vous saurez vos vies. (Lc 21, 19)

C'est le grand bonheur de l'homme que de posséder son âme, et à mesure que la patience est plus parfaite, nous possédons plus parfaitement nos âmes. Ressouvenez-vous souvent que Notre Seigneur nous a sauvés en souffrant et endurent, et que de même, nous devons faire notre salut par les souffrance et afflictions, endurent les injures, contradictions et déplaisirs avec le plus de douceur qu'il nous sera possible.

Ne bornez point votre patience à telle ou telle sorte d'injures et d'afflictions, mais étendez-la universellement à toutes celles que Dieu vous enverra et permettra vous arriver.

Le vrai patient et serviteur de Dieu supporte également les tribulations conjointes à l'ignominie et celles qui sont honorables.

Plusieurs voudraient bien avoir du mal, pourvu qu'ils n'en fussent point incommodés. Or je dis qu'il faut avoir patience, non seulement d'être malade, mais de l'être de la maladie que Dieu veut, au lieu où il veut, et entre les personnes qu'il veut et avec les incommodités qu'il veut ; et ainsi des autres tribulations.

Quand il vous arrivera du mal, opposez à icelui les remèdes qui seront possibles et selon Dieu ; mais aussi cela étant fait, attendez avec une entière résignation l'effet que Dieu agréera. S'il lui plaît que les remèdes vainquent le mal, vous le remercirez avec humilité ; mais s'il lui plaît que le mal surmonte les remèdes, bénissez-le avec patience.

Quand vous serez accusée justement, humiliez-vous bien fort, confessez que vous mérité l'accusation qui est faite contre vous. Que si l'accusation est fautive, excusez-vous doucement, niant d'être coupable, car vous devez cette révérence à la vérité et à l'édification du prochain ; mais aussi, si après votre véritable et légitime excuse on continue à vous accuser, ne vous troublez nullement, car après avoir rendu votre devoir à la vérité, vous devez le rendre à l'humilité.

Pour l'ordinaire, qui se plaint pêche, d'autant que l'amour propre nous fait toujours ressentir les injures plus grandes qu'elles ne sont. Que s'il est expédient de vous plaindre à quelqu'un, il faut que ce soit à des âmes tranquilles et qui aiment bien Dieu.

Plusieurs étant malades, affligés, et offensés de quelqu'un, s'empêchent bien de se plaindre et montrer de la délicatesse, car cela témoignerait évidemment une grande défaillance de force et de générosité ; mais ils désirent extrêmement qu'on ait grande compassion d'eux, et qu'on les estime non seulement affligés, mais patients et courageux. Or, cela est vraiment une patience, mais une patience fautive, qui n'est autre chose qu'une très délicate et très fine ambition et vanité. *Ils ont de la gloire, mais non pas envers Dieu. (Rm 4, 2)* Le vrai patient ne se plaint point de son mal ni ne désire qu'on le plaigne ; il en parle naïvement, véritablement simplement, sans se lamenter, sans se plaindre, sans l'agrandir : que si on le plaint, il souffre patiemment qu'on le plaigne, sinon qu'on le plaigne de quelque mal qu'il n'a pas ; car alors il déclare modestement qu'il n'a point ce mal-là, et demeure en cette sorte paisible entre la vérité et la patience.

La femme tandis qu'elle enfante a des grandes angoisses, mais voyant son enfant né elle les oublie, d'autant qu'un homme lui est né au monde (Jn 16, 21) Dans les contradictions qui vous arriveront en l'exercice de la dévotion, s'en souvenir. Car vous avez conçu en votre âme le plus digne enfant du monde, qui est Jésus Christ. Ayez bon courage, car, ces douleurs passées, la joie éternelle vous demeurera d'avoir enfanté un tel homme au monde. Or, il sera entièrement enfanté pour vous lorsque vous l'aurez entièrement formé en votre cœur et en vos œuvres par imitation de sa vie.

Quand vous serez malade, offrez toutes vos douleurs, peines et langueurs au service de Notre Seigneur, et le suppliez de les joindre aux tourments qu'il a reçus pour vous. Obéissez au médecin pour l'amour de Dieu. Désirez de guérir pour lui rendre service ; ne refusez point de languir pour lui obéir, et disposez-vous à mourir, si ainsi il lui plaît, pour le louer et jouir de lui.

Nous ne pouvons jamais faire des actes de plus grande douceur et patience, ni mieux composer le miel des excellentes vertus, que tandis que nous mangeons le pain d'amertume et vivons parmi les angoisses. La vertu qui s'exerce en l'amertume des plus viles, basses et abjectes tribulations est la plus excellente de toutes.

Voyez souvent de vos yeux intérieurs Jésus-Christ crucifié, nu, blasphémé, calomnié, abandonné et enfin accablé de toutes sortes d'ennuis, de tristesse et de travaux, et considérez que toutes vos souffrances, ni en qualité ni en quantité, ne sont aucunement comparables aux siennes, et que jamais vous ne souffrirez rien pour lui, au prix de ce qu'il a souffert pour vous. Considérez les peines que les martyrs souffrirent jadis et celles que tant de personnes endurent, et dites : Hélas ! mes travaux sont des consolations et mes épines des roses, en comparaison de ceux qui, sans secours, sans assistance, sans allégement, vient en une mort continuelle, accablés d'afflictions infiniment plus grandes.

4. De l'humilité pour l'extérieur

Pour recevoir la grâce de Dieu en nos cœurs, il les faut avoir vides de notre propre gloire.

L'humilité repousse Satan, et conserve en nous les grâces et dons du Saint-Esprit, et pour cela tous les Saints, mais particulièrement le Roi des Saints et sa Mère, ont toujours honoré et chéri cette digne vertu plus qu'aucune autre.

Nous appelons vaine la gloire qu'on se donne ou pour ce qui n'est pas en nous, ou pour ce qui est en nous, mais non pas à nous, ou pour ce qui est en nous et à nous, mais qui ne mérite pas qu'on s'en glorifie.

Pour connaître si un homme est vraiment sage, savant, généreux, noble, il faut voir si ses biens tendent à l'humilité, modestie et soumission, car alors ce seront des vrais biens ; mais s'ils surnagent et qu'ils veuillent paraître, ce seront des biens d'autant moins véritables qu'ils seront plus apparents. Les vertus et belles qualités des hommes qui sont reçues et nourries en l'orgueil, en la vantance et en la vanité, n'ont qu'une simple apparence du bien, sans suc, sans moelle et sans solidité.

Les honneurs, les rangs, les dignités, sont comme le safran, qui se porte mieux et vient plus abondamment d'être foulé au pied. Si nous sommes pointilleux pour les rangs, pour les séances, pour les titres, outre que nous exposons nos qualités à l'examen, à l'enquête et à la contradiction, nous les rendons viles et abjectes, car l'honneur qui est beau étant reçu en don, devient vilain quand il est exigé, recherché et demandé.

La poursuite et amour de la vertu commence à nous rendre vertueux ; mais la poursuite et amour des honneurs commence à nous rendre méprisables et vitupérables.

Chacun peut entrer en son rang et s'y tenir sans violer l'humilité, pourvu que cela se fasse négligemment et sans contention.

5. De l'humilité plus intérieure

Plusieurs ne veulent ni n'osent penser et considérer les grâces que Dieu leur a faites en particulier, de peur de prendre de la vaine gloire et complaisance, en quoi certes ils se trompent. Le vrai moyen d'atteindre à l'amour de Dieu, c'est la considération de ses bienfaits.

Rien ne nous peut tant humilier devant la miséricorde de Dieu que la multitude de ses bienfaits, ni rien tant humilier devant sa justice, que la multitude de nos méfaits. Considérons ce qu'il a fait pour nous et ce que nous avons fait contre lui ; et comme nous considérons par le menu nos péchés, considérons aussi par le menu ses grâces. Les mulets laissent-ils d'être lourdes et puantes bêtes, pour être chargés des meubles précieux et parfumés du prince ? Qu'avons-nous de bon que nous n'ayons reçu ? La vive considération des grâces reçues nous rend humbles ; car la connaissance engendre la reconnaissance.

Nous disons maintes fois que nous ne sommes rien, que nous sommes la misère même et l'ordure du monde ; mais nous serions bien marris qu'on nous prît au mot et que l'on nous publiât tels que nous disons. Nous faisons semblant de fuir et de nous cacher afin qu'on nous coure après et qu'on nous cherche. La vraie humilité ne fait pas semblant de l'être et ne dit guère de paroles d'humilité, car elle ne désire pas seulement de cacher les autres vertus, mais encore et principalement elle souhaite de se cacher soi-même.

Ou ne disons point de parole d'humilité, ou disons-les avec un vrai sentiment intérieur ; n'abaïssons jamais les yeux qu'en humiliant nos cœurs. L'homme vraiment humble aimerait mieux qu'un autre dît de lui qu'il est misérable, qu'il n'est rien, qu'il ne vaut rien, que non pas de le dire lui-même : s'il sait qu'on le dit, il ne contredit point, mais acquiesce de bon cœur.

Plusieurs disent qu'ils laissent l'oraison mentale pour les parfaits, et qu'eux ne sont pas dignes de la faire. Tout cela n'est qu'artifice et une sorte d'humilité non seulement fausse, mais maligne, par laquelle on veut tacitement et subtilement blâmer les choses de Dieu, ou du moins, couvrir d'un prétexte d'humilité l'amour-propre de son opinion, de son humeur et de sa paresse.

Quand Dieu nous veut gratifier, c'est orgueil de refuser, les dons de Dieu nous obligent à les recevoir, c'est humilité d'obéir et suivre au plus près que nous pouvons ses désirs.

Le superbe qui se fie en soi-même a bien occasion de n'oser rien entreprendre ; mais l'humble est d'autant plus courageux qu'il se reconnaît plus impuissant : et à mesure qu'il s'estime chétif, il devient plus hardi, parce qu'il a toute sa confiance en Dieu, qui se plaît à magnifier sa toute-puissance en notre infirmité, et élever sa miséricorde sur notre misère. Il faut donc humblement et saintement oser tout ce qui est jugé propre à notre avancement par ceux qui conduisent nos âmes.

L'humilité couvre et cache toutes nos vertus et perfections humaines, et ne les fait jamais paraître que pour la charité. Les humilités qui préjudicient à la charité sont indubitablement fausses.

Si l'humilité m'empêche de faire le sage, la simplicité et rondeur m'empêcheront aussi de faire le fol.

Si pour les actions d'une vraie et naïve dévotion on vous estime vile, abjecte ou folle, l'humilité vous fera réjouir de ce bienheureux opprobre, duquel la cause n'est pas en vous, mais en ceux qui le font.

6. Que l'humilité nous fait aimer notre propre abjection

Qu'en tout et partout vous aimiez votre propre abjection. Le haut point de l'humilité gît à non seulement reconnaître volontairement notre abjection, mais l'aimer et s'y complaire, et non point par manquement de courage et générosité, mais pour exalter tant plus la divine Majesté, et estimer beaucoup plus le prochain en comparaison de nous-mêmes.

Entre les maux que nous souffrons, les uns sont abjects et les autres honorables ; plusieurs s'accommodent aux honorables, mais presque nul ne veut s'accommoder aux abjects. Il ne faut pas seulement aimer le mal, ce qui se fait par la vertu de patience ; mais il faut aussi chérir l'abjection, ce qui se fait par la vertu de l'humilité.

Il y a des vertus abjectes et des vertus honorables : la patience, la douceur, la simplicité et l'humilité / la prudence, la vaillance et la libéralité. De même pour les actions d'une même vertu.

Il y a même des fautes esquelles il n'y a aucun mal que la seule abjection ; et l'humilité ne requiert pas qu'on les fasse expressément, mais elle requiert bien qu'on ne s'inquiète point quand on les aura commises. Si l'un se pouvait séparer d'avec l'autre, je rejetterai ardemment le péché et garderais humblement l'abjection. Si j'ai fait une chose qui n'offense personne, je ne m'en excuserai pas, parce qu'encore que ce soit un défaut, si est-ce qu'il n'est pas permanent ; je ne pourrais donc m'en excuser que pour l'abjection qui m'en revient ; or c'est cela que l'humilité ne peut pas permettre : mais si par mégarde j'ai offensé ou scandalisé quelqu'un, je réparerai l'offense par quelque véritable excuse, d'autant que le mal est permanent et que la charité m'oblige de l'effacer. Il arrive aussi quelquefois que la charité requiert que nous remédiions à l'abjection pour le bien du prochain, auquel notre réputation est nécessaire ; mais en ce cas, ôtant notre abjection de devant les yeux du prochain pour empêcher son scandale, il la faut serrer et cacher dedans notre cœur afin qu'il s'en édifie.

Les abjections les plus profitables à l'âme et agréables à Dieu sont celles que nous n'avons pas choisies mais reçues telles que Dieu nous les a envoyées, duquel l'élection est toujours meilleure que la nôtre. Celles-là sont estimées les plus grandes qui sont plus contraires à nos inclinations, pourvu qu'elles soient conformes à notre vocation. Notre choix et élection gâte et amoindrit presque toutes nos vertus.

Ps 84, 11 : J'ai choisi d'être abject en la maison de Dieu, plutôt que d'habiter ès tabernacles des pécheurs

7. Comme il faut conserver la bonne renommée pratiquant l'humilité

L'humilité ne pouvant souffrir que nous ayons aucune opinion d'exceller ou devoir être préférés aux autres, ne peut aussi permettre que nous recherchions la louange, l'honneur ni la gloire qui sont dus à la seule excellence. Elle consent bien néanmoins à l'avertissement du Sage, qui nous admoneste d'*avoir soin de notre renommée*, parce que la bonne renommée est une estime, non d'aucune excellence, mais seulement d'une simple et commune prud'homie et intégrité de vie.

L'humilité mépriserait la renommée si la charité n'en avait besoin, mais parce qu'elle est l'un des fondements de la société humaine, que sans elle nous sommes non seulement inutiles mais dommageables au public, la charité requiert et l'humilité agréée que nous la désirions et conservions précieusement.

Il ne faut pourtant pas que nous soyons trop ardents, exacts et pointilleux à cette conservation, car ceux qui sont si douillets et sensibles pour leur réputation la perdent entièrement, car par cette tendreté ils se rendent bizarres, mutins, insupportables et provoquent la malice des médisants.

La crainte excessive de la renommée témoigne une grande défiance du fondement d'icelle, qui est la vérité d'une bonne vie. Qui veut avoir réputation envers tous, la perd envers tous ; et celui mérite de perdre l'honneur, qui le veut prendre de ceux que les vices rendent vraiment infâmes et déshonorés.

Bien que la renommée soit coupée, ou même tout à fait rasée par la langue des médisants, il ne se faut point inquiéter, car bientôt elle renaîtra non seulement aussi belle qu'elle était, mais encore plus solide. Mais si nos vices, nos lâchetés, notre mauvaise vie nous ôte la réputation, il sera malaisé que jamais elle revienne, parce que la racine en est arrachée.

Ayons toujours les yeux sur Jésus-Christ crucifié ; marchons en son service avec confiance et simplicité, mais sagement et discrètement : il sera le protecteur de notre renommée, et s'il permet qu'elle nous soit ôtée, ce sera pour nous en rendre une meilleure, ou pour nous faire profiter en la sainte humilité, de laquelle une seule once vaut mieux que mille livres d'honneur.

8. De la douceur envers le prochain et remède contre l'ire

Le saint chrême est composé d'huile d'olive mêlée avec le baume, qui représente les deux plus chères et bien aimées vertus qui reluisaient en la sacrée personne de Notre-Seigneur, lesquelles il nous a singulièrement recommandées, comme si par icelles notre cœur devait être spécialement consacré à son service et appliqué à son imitation : *Apprenez de moi que je suis doux et humble de cœur.* (Mt 11, 29) L'humilité nous perfectionne envers Dieu, la douceur envers le prochain.

Prenez garde que ce chrême mystique soit dedans votre cœur ; car c'est un des grands artifices de l'ennemi de faire que plusieurs s'amuse aux paroles et contenance extérieures de ces deux vertus, qui, n'examinant pas bien leurs affections intérieures, pensent être humbles et doux et ne le sont néanmoins nullement. Si étant piqués et mordus par les médisants et ennemis nous devenons fiers, enflés et dépités, c'est signe que nos humilités et douceurs ne sont pas véritables et franches, mais artificieuses et apparentes.

Cette misérable vie n'est qu'un acheminement à la bienheureuse ; ne vous courrouçons donc point en chemin les uns avec les autres, marchons avec la troupe de nos frères doucement, paisiblement et aimablement. Ne vous courroucez point du tout, s'il est possible, et ne recevez aucun prétexte, quel qu'il soit, pour ouvrir la porte de votre cœur au courroux ; car saint Jacques dit tout court et sans réserve que *l'ire de l'homme n'opère point la justice de Dieu* (Jc 1, 20)

« Il est mieux, dit saint Augustin, de refuser l'entrée à l'ire juste et équitable que de la recevoir, pour petite qu'elle soit, parce qu'étant reçue, il est malaisé de la faire sortir, d'autant qu'elle entre comme un petiturgeon, et en moins de rien elle grossit et devient une poutre. » Si une fois le soleil se couche sur notre ire, se convertissant en haine, il n'y a quasi plus moyen de s'en défaire ; car elle se nourrit de mille fausses persuasions, puisque jamais nul homme courroucé ne pensa son courroux être injuste.

Il est donc mieux d'entreprendre de savoir vivre sans colère que de vouloir user modérément et sagement de la colère, et quand par imperfection et faiblesse nous nous trouvons surpris d'icelle, il est mieux de la repousser vite que de vouloir marchander avec elle. Il faut au premier ressentiment que vous ramassiez promptement vos forces, mais doucement et néanmoins sérieusement. Voulant avec impétuosité réprimer notre colère, nous excitons plus de trouble en notre cœur qu'elle n'avait pas fait, et le cœur étant ainsi troublé ne peut plus être maître de soi-même. Il faut invoquer le secours de Dieu, à l'imitation des Apôtres tourmentés du vent et de l'orage emmi les eaux, car il commandera à nos passions qu'elles cessent et la tranquillité se fera grande. Soudain que vous vous apercevrez avoir fait quelque acte de colère, réparez la faute par un acte de douceur exercé promptement à l'endroit de la même personne contre laquelle vous vous serez irritée.

Lorsque vous êtes en tranquillité et sans aucun sujet de colère, faites grande provision de douceur et débonnairété, disant toutes vos paroles et faisant toutes vos actions petites et grandes en la plus douce façon qu'il vous sera possible. Car aussi ne fait-il pas seulement avoir la parole douce à l'endroit du prochain, mais encore toute la poitrine, c'est-à-dire tout l'intérieure de notre âme. En quoi manquent grandement ceux qui en rue semble des anges, et en la maison des diables.

9. De la douceur envers nous-mêmes

Il faut que nous nous empêchions d'avoir de nos fautes une déplaisance aigre et chagrine, dépiteuse et colère. En quoi font une grande faute plusieurs qui, s'étant mis en colère, se courroucent de s'être courroucés, entrent en chagrin de s'être chagrinés, et ont dépit de s'être dépités ; car par ce moyen ils tiennent leur cœur confit et détrempe en la colère, qui sert d'ouverture et de passage pour une nouvelle colère, à la première occasion qui s'en présentera. D'autant que ces repentances faites avec impétuosité ne se font pas selon la gravité de nos fautes, mais selon nos inclinations.

Quand notre cœur aura fait quelque faute, si nous le reprenons avec des remontrances douces et tranquilles, ayant plus de compassion de lui que de passion contre lui, l'encourageant à l'amendement, la repentance qu'il en concevra entrera bien plus avant, et le pénétrera mieux que ne ferait pas une repentance dépiteuse, ireuse et tempétueuse.

Je ne voudrais pas reprendre mon cœur en cette sorte : « *N'es-tu pas misérable et abominable, qu'après tant de résolutions tu t'es laissé emporter à la vanité ? meurs de bonte, ne lève plus les yeux au ciel, aveugle, impudent, traître et déloyal à ton Dieu !* » ; mais je voudrais le corriger raisonnablement et par voie de compassion : « *Or sus ! mon pauvre cœur, nous voilà tombés dans la fosse, laquelle nous avions tant résolu d'échapper ; ah ! relevons-nous et quittons-la pour jamais ; réclamons la miséricorde de Dieu et espérons en elle qu'elle nous assistera pour désormais être plus fermes, et remettons-nous au chemin de l'humilité ; courage ! soyons désormais sur nos gardes. Dieu nous aidera, nous ferons prou !* »

(+ cf extraits dans *Mission & Esprit*)

10. Qu'il faut traiter des affaires avec soin et sans empressement ni souci

Jamais besogne faite avec empressement ne fut bien faite. Nous faisons toujours assez tôt quand nous faisons bien. Ceux qui s'empressent d'un soucis cuisant et d'une sollicitude bruyante, ne font jamais ni beaucoup ni bien.

En tous vos affaires appuyez-vous totalement sur la providence de Dieu, par laquelle seule tous vos desseins doivent réussir ; travaillez néanmoins de votre côté tout doucement pour coopérer avec icelle, et puis croyez que si vous vous êtes bien confiée en Dieu, le succès qui vous arrivera sera toujours le plus profitable pour vous, soit qu'il vous semble bon ou mauvais selon votre jugement particulier.

Faites comme les petits enfants, qui de l'une des mains se tiennent à leur père, et de l'autre cueillent des fraises ou des mûres le long des haies ; car de même, amassant et maniant les biens de ce monde de l'une de vos mains, tenez toujours de l'autre la main du Père céleste, vous retournant de temps en temps à lui, pour voir s'il a agréable votre ménage ou vos occupations. Et gardez bien sur toutes choses de quitter sa main et sa protection, pensant d'amasser ou recueillir davantage ; car s'il vous abandonne, vous ne ferez point de pas sans donner du nez en terre. Ainsi Dieu travaillera avec vous, en vous et pour vous, et votre travail sera suivi de consolation.

11. De l'obéissance

La seule charité nous met en la perfection, mais l'obéissance, la chasteté et la pauvreté sont les trois grands moyens pour l'acquérir. L'obéissance consacre notre cœur, la chasteté notre corps et la pauvreté nos moyens, à l'amour et service de Dieu : ce sont les trois branches de la croix spirituelle, toutes trois néanmoins fondées sur la quatrième qui est l'humilité.

Il y a deux sortes d'obéissance : l'une nécessaire, et l'autre volontaire. Par la nécessaire, vous devez humblement obéir à vos supérieurs ecclésiastiques, à vos supérieurs politiques, à vos supérieurs domestiques, parce que nul ne se peut exempter d'obéir à ces supérieurs-là, Dieu les ayant mis en autorité de commander et gouverner. Faites donc leurs commandements, mais pour être parfaite, suivez encore leurs conseils, et même leurs désirs et inclinations, en tant que la charité et prudence vous le permettra. Obéissez doucement, sans réplique, promptement, sans retardation, gaîment, sans chagrin, et surtout amoureusement pour l'amour de Celui qui, pour l'amour de nous, s'est fait obéissant jusques à la mort de la croix, et lequel, comme dit saint Bernard, aime mieux perdre la vie que l'obéissance.

Pour apprendre aisément à obéir à vos supérieurs, condescendez aisément à la volonté de vos semblables, accommodez-vous volontiers aux désirs de vos inférieurs autant que la raison le permettra.

Nous appelons obéissance volontaire celle à laquelle nous nous obligeons par notre propre élection.

Faites-vous ordonner les actions de piété que vous devez observer par votre Père spirituel, parce qu'elles en seront meilleures et auront double grâce et bonté. Bienheureux sont les obéissants, car Dieu ne permettra jamais qu'ils s'égarent.

12. De la nécessité de la chasteté

La chasteté est le lis des vertus, elle rend les hommes presque égaux aux Anges ; rien n'est beau que par la pureté, et la pureté des hommes, c'est la chasteté. Elle a sa gloire tout à part d'être la belle et blanche vertu de l'âme et du corps.

La chasteté qui n'est point encore blessée ni violée peut être gardée en plusieurs sortes, mais étant une fois entamée, rien ne la peut conserver qu'une excellente dévotion.

Recherchez la paix avec tous, dit l'Apôtre, et la sainteté, sans laquelle aucun ne verra Dieu. (He 12, 14) Nul ne verra Dieu sans la chasteté, nul n'habitera en son saint tabernacle (Ps 15, 1), qui ne soit pur de cœur (Ps 24, 4), et comme dit le Sauveur même : Heureux les cœurs purs, car ils verront Dieu. (Mt 5, 8)

13. Avis pour conserver la chasteté

L'Épouse du Cantique des Cantiques a ses *mains qui distillent la myrrhe*, liqueur préservatrice de la corruption ; ses *lèvres* sont bandées d'un *ruban vermeil*, marque de la pudeur des paroles ; ses *yeux* sont *de colombe*, à raison de leur netteté, ses oreilles ont des *pendants d'or*, enseigne de pureté ; son *nez* est parmi les cèdres *du Liban*, bois incorruptible. Telle doit être l'âme dévote : chaste, nette et honnête, de mains, de lèvres, d'oreilles, d'yeux et de tout son corps.

Hantez les gens chastes et vertueux, pensez et lisez souvent aux choses sacrées, car *la parole de Dieu est chaste (Ps 12, 7)* et rend ceux qui s'y plaisent chastes.

Tenez-vous toujours proche de Jésus-Christ crucifié, et spirituellement par la méditation et réellement par la sainte Communion : car en reposant votre cœur sur Notre-Seigneur, qui est le vrai Agneau chaste et immaculé, vous verrez que bientôt votre âme et votre cœur se trouveront purifiés de toutes souillures.

14. De la pauvreté d'esprit observée entre les richesses (*notes générales qui peuvent toujours servir*)

Celui est riche d'esprit lequel a ses richesses dedans son esprit, ou son esprit dedans les richesses ; celui est pauvre d'esprit qui n'a nulles richesses dans son esprit, ni son esprit dedans les richesses. Votre cœur doit être ouvert seulement au Ciel, et impénétrables aux choses caduques.

15. Comme il faut pratiquer la pauvreté réelle demeurant néanmoins réellement riche (*idem*)

Les possessions que nous avons ne sont pas nôtres : Dieu les nous a données à cultiver et veut que nous les rendions fructueuses et utiles, et partant nous lui faisons service agréable d'en avoir soin. Comme l'amour de soi-même est un amour violent, turbulent, empressé, aussi le soin qu'on a pour lui est plein de trouble, de chagrin, d'inquiétude ; et comme l'amour de Dieu est doux, paisible et tranquille, aussi le soin qui en procède, quoique ce soit pour les biens du monde, est amiable, doux et gracieux.

Quittez toujours quelque partie de vos moyens en les donnant aux pauvres de bon cœur ; car donner ce qu'on a, c'est s'appauvrir d'autant, et plus vous donnerez, plus vous vous appauvrirez. Il est vrai que Dieu vous le rendra, non seulement en l'autre monde, mais en celui-ci, car il n'y a rien qui fasse tant prospérer temporellement que l'aumône.

Aimez les pauvres et la pauvreté, car par cet amour vous deviendrez vraiment pauvre, puisque, comme dit l'Écriture, nous sommes faits comme les choses que nous aimons. (*Os 9, 10*) L'amour égale les amants : *Qui est infirme, avec lequel je ne sois infirme ? (2 Co 11, 29)*

Ne vous contentez pas d'être pauvre comme les pauvres, mais soyez plus pauvre que les pauvres. Et comment cela ? *Le serviteur est moindre que son maître (Jn 13, 16)* : rendez-vous donc servante des pauvres.

Il est facile d'avoir souvent besoin de quelque chose : or cela, c'est être pauvre en effet de ce qui nous manque. Soyez bien aise de ces rencontres, acceptez-les de bon cœur, souffrez-les gaîment. Quand il vous arrivera des inconvénients qui vous appauvriront ou de beaucoup ou de peu, comme font les tempêtes, les feux, etc, oh ! c'est alors la vraie saison de pratiquer la pauvreté, recevant avec douceur ces diminutions de facultés, et s'accommodant patiemment et constamment à cet appauvrissement.

Quand nos biens ne tiennent qu'au soin que Dieu veut que nous en ayons, et non à notre cœur, si on nous les arrache, nous n'en perdrons pourtant pas le sens ni la tranquillité.

16. Pour pratiquer la richesse d'esprit dans la pauvreté réelle

Si vous êtes réellement pauvre, ô Dieu, soyez-le encore d'esprit : faites de nécessité vertu. Ayez patience, vous êtes en bonne compagnie : Notre Seigneur, Notre-Dame, les Apôtres, tant de saints et de saintes ont été pauvres, et pouvant être riches ils ont méprisé de l'être. Embrassez-la donc comme la chère amie de Jésus-Christ qui naquit, vécut et mourut avec la pauvreté qui fut sa nourrice toute sa vie.

Ce que nous recevons purement de la volonté de Dieu, lui est toujours très agréable, pourvu que nous le recevions de bon cœur et pour l'amour de sa sainte volonté : où il y a moins du nôtre, il y a plus de Dieu. La simple et pure acceptation de la volonté de Dieu rend une souffrance extrêmement pure.

Une pauvreté louée, caressée, estimée, secourue et assistée, elle tient de la richesse, elle n'est pour le moins pas du tout pauvre ; mais une pauvreté méprisée, rejetée, reprochée et abandonnée, elle est vraiment pauvre.

On ne se plaint que de ce qui déplaît.

Ressouvenez-vous souvent du voyage que Notre-Dame fit en Egypte pour y porter son cher Enfant, et combien de mépris, de pauvreté, de misère il lui convint supporter. Si vous vivez comme cela, vous serez très riche en votre pauvreté.

17. De l'amitié, et premièrement de la mauvaise et frivole

L'amour tient le premier rang entre les passions de l'âme : c'est le roi de tous les mouvements du cœur, il convertit tout le reste à soi et nous rend tels que ce qu'il aime. (*Os 9, 10*) Prenez donc bien garde de n'en avoir point de mauvais, car tout aussitôt vous seriez toute mauvaise. Or, l'amitié est le plus dangereux de tous, parce qu'étant totalement fondée sur la communication, on ne peut presque l'avoir avec une personne sans participer à ses qualités (*manières d'être*).

Selon la diversité des communications, l'amitié est aussi diverse, et les communications sont différents selon la différence des biens qu'on s'entrecommunique : si ce sont des biens faux et vains, l'amitié est fautive et vaine ; si ce sont des vrais biens, l'amitié est vraie ; et plus excellents seront les biens, plus excellente sera l'amitié.

18. Des amourettes (notes générales qui peuvent toujours servir)

Dieu ne veut l'homme que pour l'âme, ni l'âme que pour la volonté, ni la volonté que pour l'amour. Hélas ! Nous n'avons pas d'amour à beaucoup près de ce que nous avons besoin ; il s'en faut infiniment que nous en ayons assez pour aimer Dieu, et cependant, misérables que nous sommes, nous le prodiguons et épanchons en choses sottes et vaines et frivoles, comme si nous en avions de reste. Ah ! ce grand Dieu qui s'était réservé le seul amour de nos âmes, en reconnaissance de leur création, conservation et rédemption, exigera un compte bien étroit de ces folles déduites que nous en faisons.

19. Des vraies amitiés

Aimez un chacun d'un grand amour charitable, mais n'ayez point d'amitié qu'avec ceux qui peuvent communiquer avec vous de choses vertueuses ; et plus les vertus que vous mettrez en votre commerce seront exquises, plus votre amitié sera parfaite. Si vous communiquez ès sciences, votre amitié est certes fort louable. Mais si votre mutuelle et réciproque communication se fait de la charité, de la dévotion, de la perfection chrétienne, ô Dieu ! que votre amitié sera précieuse ! Elle sera excellente parce qu'elle vient de Dieu, parce qu'elle tend à Dieu, parce que son lien c'est Dieu, excellente parce qu'elle durera éternellement en Dieu. Oh ! qu'il fait bon aimer en terre comme l'on aime au Ciel et apprendre à s'entrecéder en ce monde comme nous ferons éternellement en l'autre !

L'amour simple de charité doit être porté à tous les hommes, [à la différence de] l'amitié spirituelle, par laquelle deux ou trois ou plusieurs âmes se communiquent leur dévotion, leurs affections spirituelles, et se rendent un seul esprit entre elles. Il m'est avis que toutes les autres amitiés ne sont que des ombres au prix de celle-ci, en comparaison de ce grand lien de la sainte dévotion qui est tout d'or. Ne faites point d'amitié d'autre sorte. (Il ne faut pas ni quitter ni mépriser pour cela les amitiés que la nature et les précédents devoirs vous obligent de cultiver.)

En un monastère bien réglé le dessein commun de tous tend à la vraie dévotion, il n'est pas requis d'y faire ces particulières communications, de peur que cherchant en particulier ce qui est commun, on ne passe des particularités aux partialités. Mais quant à ceux qui sont entre les mondains et qui embrassent la vraie vertu, il leur est nécessaire de s'allier les uns aux autres par une sainte et sacrée amitié ; car par le moyen d'icelle ils s'animent, ils s'aident, ils s'entreportent au bien.

La perfection ne consiste pas à n'avoir point d'amitié, mais à n'en avoir que de bonne, de sainte et sacrée.

20. De la différence des vraies et des vaines amitiés

Oui même il y a danger en l'amour spirituel, si on n'est fort sur sa garde, bien qu'en celui-ci il soit plus difficile de prendre le change, parce que sa pureté et blancheur rendent plus connaissables les souillures que Satan y veut mêler : c'est pourquoi quand il l'entreprend, il fait cela plus finement, et essaie de glisser les impuretés presque insensiblement.

Fausse amitié

Amitié sacrée

Produit ordinairement un grand amas de paroles emmiellées, une cajolerie de petits mots passionnés et de louanges tirées de la beauté, de la grâce et des qualités sensuelles

A un langage simple et franc, ne peut louer que la vertu et grâce de Dieu, unique fondement sur lequel elle subsiste

Provoque un tournoiement d'esprit qui fait chanceler la personne en la chasteté et dévotion, la portant à des regards affectés, soupirs désordonnés, petites plaintes de ne pas être aimée, attrayantes contenance, présages certains et indubitables d'une prochaine ruine de l'honnêteté

N'a des yeux que simples et pudiques, ni des caresses que pures et franches, ni des soupirs que pour le Ciel, ni des privautés que pour l'esprit, ni des plaintes sinon quand Dieu n'est pas aimé, marques infallibles de l'honnêteté

Trouble le jugement, ceux qui en sont atteints pensent bien faire, et croient que leurs excuses, prétextes et paroles soient des vraies raisons, ils craignent la lumière et aiment les ténèbres

A les yeux clairvoyants et ne se cache point, paraît volontiers devant les gens de bien

Se convertissent et terminent en paroles et demandes charnelles, ou en cas de refus à des injures, calomnies, impostures, tristesses, confusions, jalousies

Est toujours également honnête, civile et amiable, jamais ne se convertit qu'en une plus parfaite et pure union d'esprits, image vive de l'amitié bienheureuse du Ciel

Les jeunes gens qui font des contenance, grimaces et caresses, ou disent des paroles esquelles ils ne voudraient pas être surpris par leurs pères, mères, confesseurs, témoignent en cela qu'ils traitent d'autre chose que de l'honneur et de la conscience.

21. Avis et remèdes contre les mauvaises amitiés

Quels remèdes contre cette engeance et fourmilère de folles amours, impuretés ? Soudain que vous en aurez les premiers ressentiments, tournez-vous court de l'autre côté, et, avec une détestation absolue de cette vanité, **courez à la croix du Sauveur et prenez sa couronne d'épines pour en environner votre cœur**, afin que ces petits renardeaux n'en approchent.

Gardez bien de venir à aucune sorte de composition avec cet ennemi : le cœur et les oreilles s'entretiennent l'un à l'autre, aussi est-il difficile d'empêcher que l'amour qui est tombé en l'oreille ne fasse soudain sa chute dans le cœur.

Ressouvenez-vous que vous avez voué votre cœur à Dieu, et que votre amour lui étant sacrifié, ce serait donc un sacrilège de lui en ôter un seul brin ; sacrifiez-le lui plutôt derechef par mille résolutions et protestations, et vous tenant entre icelles comme un cerf dans son fort, réclamez Dieu ; il vous secourra et son amour prendra le vôtre en sa protection, afin qu'il vive uniquement pour lui.

Que si vous êtes déjà prise dans les filets de ces folles amours, ô Dieu ! Quelle difficulté de vous en déprendre ! Mettez-vous devant sa divine Majesté ; connaissez en sa présence la grandeur de votre misère, votre faiblesse et vanité ; puis avec le plus grand effort de cœur qu'il vous sera possible, détestez ces amours commencées, abjurez la vaine profession que vous en avez faite, renoncez à toutes les promesses reçues, et d'une grande et très absolue volonté, arrêtez en votre cœur et résolvez de ne jamais plus rentrer en ces jeux.

Le changement de lieu sert extrêmement pour apaiser les ardeurs et inquiétudes, soit de la douleur, soit de l'amour. « Ne me connais-tu pas ? Je suis bien moi-même. – Oui, mais moi, je ne suis pas moi-même. » Qui ne peut s'éloigner, il faut absolument retrancher toute conversation particulière, tout entretien secret, toute douceur des yeux, tout souris, et généralement toutes sortes de communications et amorces qui peuvent nourrir ce feu puant et fumeux.

Je crie tout haut à quiconque est tombé dans ces pièges d'amourettes : Taillez, tranchez, rompez ; il ne faut pas s'amuser à découdre ces folles amitiés, il les faut déchirer ; il n'en faut pas dénouer les liaisons, il les faut rompre ou couper. Il ne faut point ménager pour un amour qui est si contraire à l'amour de Dieu.

Si vous avez conçu autant de détestation de votre mal comme il mérite, vous ne serez plus agitée d'aucun mouvement que de celui d'une extrême horreur de cet infâme amour et de tout ce qui en dépend, et demeurez quitte de toute autre affection

envers l'objet abandonné, que de celle d'une très pure charité pour Dieu. Conférez humblement et naïvement de toutes les suggestions et tentations qui vous arriveront pour ce regard avec votre directeur, et ne doutez point que Dieu ne vous affranchisse de toutes passions, pourvu que vous continuiez fidèlement en ces exercices.

Mais ne sera-ce point une ingratitude de rompre si impiteusement une amitié ? Oh ! que bienheureuse est l'ingratitude qui nous rend agréables à Dieu ! Avec vous il (le mauvais ami, quand il aura réalisé sa faute et se rendra compte que la rupture a gardé son âme) chantera pour action de grâces : Ô Seigneur, *vous avez rompu mes liens, je vous sacrifierai l'hostie de louange et invoquerai votre saint Nom.* (Ps 116, 16-17)

22. Quelques autres avis sur le sujet des amitiés

L'amitié requiert une grande communication entre les amants, autrement elle ne peut subsister.

Quand nous estimons grandement celui que nous aimons, nous ouvrons tellement le cœur à son amitié, qu'avec icelle ses inclinations et impressions entrent aisément toutes entières, soit qu'elles soient bonnes ou qu'elles soient mauvaises. Il faut bien pratiquer en ce sujet la parole que le Sauveur de nos âmes soulait dire : « *Soyez bon changeurs* » et monnayeurs ; c'est-à-dire, ne recevez pas la fausse monnaie avec la bonne. Quelles raisons y a-t-il de recevoir pêle-mêle les tares et imperfections de l'ami avec son amitié ? il le faut certes aimer nonobstant son imperfection, mais il ne faut ni aimer ni recevoir son imperfection ; car l'amitié requiert la communication du bien et non pas du mal. L'amitié nous oblige à nous entraider pour nous affranchir réciproquement de toutes sortes d'imperfections.

Quant aux péchés, il ne faut ni les porter ni les supporter en l'ami. C'est une amitié faible ou méchante de voir périr l'ami et ne le point secourir. **Le péché ruine l'amitié en laquelle il se loge. L'ami est ennemi quand il nous veut conduire au péché, et mérite de perdre l'amitié quand il veut perdre et damner l'ami.**

L'amitié de ce monde est ennemie de Dieu (Jc 4, 4)

23. Des exercices de la mortification extérieure

Je n'ai jamais pu approuver la méthode de ceux qui pour réformer l'homme commencent par l'extérieur. Il me semble qu'il faut commencer par l'intérieur : *Convertissez-vous à moi, de tout votre cœur (Jl 2, 12) Mon enfant, donne-moi ton cœur (Pv 23, 26)* car aussi, le cœur étant la source des actions, elles sont telles qu'il est. L'époux divin invitait l'âme : *Mets-moi comme un sceau sur ton cœur, comme un sceau sur ton bras (Ct 8, 6)*

Oui vraiment, car quiconque a Jésus Christ en son cœur, il l'a bientôt après en toutes ses actions extérieures. C'est pourquoi j'ai voulu avant toutes choses graver et inscrire sur votre cœur ce mot saint et sacré : VIVE JÉSUS ! et que comme ce doux Jésus vivra dedans votre cœur, il vivra aussi en tous vos déportements, et paraîtra en vos yeux, en votre bouche, en vos mains, voire même en vos cheveux, et vous pourrez saintement dire à l'imitation de saint Paul : *Je vis, mais non plus moi, mais Jésus-Christ vit en moi.* Bref, qui a gagné le cœur de l'homme a gagné tout l'homme. Mais ce cœur requiert qu'on l'instruise comme il doit former son train et maintien extérieur, afin que non seulement on y voie la sainte dévotion, mais aussi une grande sagesse et discrétion.

Bien qu'on ne jeûne pas beaucoup l'ennemi néanmoins nous craint davantage quand il connaît que nous savons jeûner. Nous sommes grandement exposés aux tentations quand notre corps est trop nourri et quand il est trop abattu : car l'un le rend insolent en son aise, et l'autre le rend désespéré en son mésaise.

Le jeûne et le travail matent et abattent la chair. Si le travail que vous ferez vous est fort nécessaire, ou fort utile à la gloire de Dieu, j'aime mieux que vous souffriez la peine du travail que celle du jeûne : c'est le sentiment de l'Eglise, laquelle, pour les travaux utiles au service de Dieu et du prochain, décharge ceux qui les font du jeûne même commandé. Il est mieux de garder plus de forces corporelles qu'il n'est requis, que d'en ruiner plus qu'il ne faut ; car on peut toujours les abattre quand on veut, mais on ne les peut pas réparer toujours quand on veut.

Mangez ce qui sera mis devant vous. (Lc 10, 8) C'est une plus grande vertu de manger sans choix ce qu'on vous présente et en même ordre, ou qu'il soit à votre goût ou qu'il ne le soit pas, que de choisir toujours le pire. Car encore que cette dernière façon de vivre semble plus austère, l'autre néanmoins a plus de résignation, car par icelle, on ne renonce pas seulement à son goût, mais encore à son choix. **Faire des mystères à chaque morceau, cela ressent un cœur mol et attentif aux plats et aux écuelles.** Une continuelle et modérée sobriété est meilleure que les abstinences violentes faites à diverses reprises et entremêlées de grands relâchements.

La discipline a une merveilleuse vertu pour réveiller l'appétit de la dévotion, étant prise modérément. Mais son usage n'est pas pour l'ordinaire propre aux délicates complexions, ni à ceux qui ont à supporter d'autres grandes peines.

Il faut prendre de la nuit pour dormir, chacun selon sa complexion, autant qu'il est requis pour bien utilement veiller le jour. Le lever matin sert à la santé et à la sainteté.

Cf exemple Balaam et son ânesse. Balaam est la cause du mal, et il frappe et bat la pauvre ânesse qui n'en peut mais. Ô pauvre âme, si ta chair pouvait parler comme l'ânesse de Balaam, elle te dirait : Pourquoi me frappes-tu, misérable ? C'est toi qui es la criminelle. Et Dieu sans doute vous dit en ces cas-là : Battez, rompez, fendez, froissez vos cœurs (Jl 2, 13) Ainsi pour

nous guérir de nos vices, il est voirement bon de mortifier la chair, mais il est surtout nécessaire de bien purifier nos affections et rafraîchir nos cœurs.

24. Des conversations et de la solitude

Il faut aimer le prochain comme soi-même : pour montrer qu'on l'aime, il ne faut pas fuir d'être avec lui, et pour témoigner qu'on s'aime soi-même, on doit demeurer en soi-même quand on y est (quand on est seul).

On appelle mauvaises conversations celles qui se font pour quelque mauvaise intention, ou bien quand ceux qui interviennent en icelle sont vicieux, indiscrets et dissolus ; et pour celles-là, il s'en faut détourner.

Il y a les conversations inutiles à toute autre chose qu'à la seule récréation, lesquelles se font par un simple divertissement des occupations sérieuses ; comme il ne faut pas s'y adonner, aussi peut-on leur donner le loisir destiné à la récréation.

Les autres conversations ont pour leur fin l'honnêteté, comme sont les visibles mutuelles et certaines assemblées qui se font pour honorer le prochain (*Assemblée des amis, rencontre de la Garde d'honneur...*) : comme il ne faut pas être scrupuleuse à les pratiquer, aussi ne faut-il pas être du tout incivile à les mépriser, mais satisfaire avec modestie au devoir que l'on y a, afin d'éviter la rusticité et la légèreté.

Restent les conversations utiles, comme sont celles des personnes dévotes et vertueuses ; ce vous sera toujours un grand bien d'en rencontrer souvent de telles. Une âme qui se trouve parmi les gens de vertu ne peut qu'elle ne participe à leurs qualités. C'est un grand avantage pour nous bien exercer à la dévotion, de converser avec les âmes dévotes.

En toutes conversations, la naïveté, simplicité, douceur et modestie sont toujours préférées.

Il faut pour l'ordinaire qu'une joie modérée prédomine en notre conversation. *Soyez toujours joyeuse, mais en Notre Seigneur, et que votre modestie paraisse à tous les hommes.* (2 Ph 4, 4.5) Pour vous réjouir en Notre Seigneur, il faut que le sujet de votre joie, soit non seulement permis, mais honnête ; afin que votre modestie paraisse, gardez-vous des insolences : faire tomber l'un, noircir l'autre, piquer le tiers, ce sont des risées et joies sottes et insolentes.

Outre la solitude mentale à laquelle vous vous pouvez retirer emmi les plus grandes conversations, vous devez aimer la solitude réelle. (*Solitude annuelle*) Après que les Apôtres eurent un jour raconté à Notre Seigneur comme ils avaient prêché et beaucoup fait : *Venez en la solitude, et vous y reposez un peu* (Mc 6, 31)

25. De la bienséance des habits

La netteté extérieure représente en quelque façon l'honnêteté intérieure. Dieu même requiert l'honnêteté corporelle en ceux qui s'approchent de ses autels et qui ont la charge principale de la dévotion. (*Is 52, 1-2 : Éveille-toi, éveille-toi, revêts ta force, Sion ! revêts tes habits les plus magnifiques, Jérusalem, ville sainte, car ils ne viendront plus jamais chez toi, l'incirconcis et l'impur. Secoue ta poussière, lève-toi, Jérusalem captive ! les chaînes sont tombées de ton cou, fille de Sion captive !*)

C'est un mépris de ceux avec lesquels on converse, d'aller entre eux en habit désagréables. Tenez-vous toujours tant qu'il vous sera possible, du côté de la simplicité et modestie qui est sans doute le plus grand ornement de la beauté et la meilleure excuse pour la laideur.

Les femmes vaines sont tenues pour imbéciles en chasteté. On dit qu'on n'y pense pas mal, mais je réplique, comme j'ai fait ailleurs, que le diable y pense toujours. Pour moi, je voudrais que mon dévot et ma dévote fussent toujours les mieux habillés de la troupe, mais les moins pompeux et affectés, et comme il est dit au Proverbe, qu'ils fussent parés de grâce, bienséance et dignité. (*Pv 31, 25 : Force et dignité forment son vêtement, elle rit au jour à venir. Avec sagesse elle ouvre la bouche, sur sa langue, une doctrine de piété*)

26. Du parler, et premièrement comme il faut parler de Dieu

Nos paroles sont les vrais indices des qualités de nos âmes : *Par tes paroles tu seras justifié, et par tes paroles tu seras condamné* (Mt 12, 37)

Si donc vous êtes bien amoureuse de Dieu, vous parlerez souvent de Dieu. Mais parlez toujours de Dieu comme de Dieu, c'est-à-dire révéremment et dévotement, non point faisant la suffisante ni la prêcheuse, mais avec l'esprit de douceur, de charité et d'humilité, distillant autant que vous savez le miel délicieux de la dévotion et des choses divines, goutte à goutte, tantôt dedans l'oreille de l'un, tantôt dedans l'oreille de l'autre, priant Dieu au secret de votre âme qu'il lui plaise de faire passer cette sainte rosée jusque dans le cœur de ceux qui vous écoutent.

Surtout il faut faire cet office angélique doucement et souèvement, non point par manière de correction, mais par manière d'inspiration. Ne parlez donc jamais de Dieu ni de la dévotion par manière d'acquit et d'entretien, mais toujours avec attention et dévotion : ce que je dis pour vous ôter une remarquable vanité qui se trouve chez ceux qui à tout propos disent des paroles saintes et ferventes sans y penser nullement, et il leur est avis qu'ils sont tels que les paroles témoignent, ce qui n'est pas.

27. De l'honnêteté des paroles et du respect que l'on doit aux personnes

Si quelqu'un ne pèche point en parole, il est homme parfait. (Jc 3, 2) Gardez-vous soigneusement de lâcher aucune parole déshonnête ; car encore que vous ne les disiez pas avec mauvaise intention, si est-ce que ceux qui les oient, les peuvent recevoir d'une autre sorte. La parole déshonnête tombant dans un cœur faible, s'étend et se dilate ; et quelquefois elle saisit tellement le cœur, qu'elle le remplit de mille pensées et tentations lubriques. Comme le poison du corps entre par la bouche, aussi celui du cœur entre par l'oreille, et la langue qui le produit est meurtrière.

Notre Seigneur qui connaît les pensées a dit que *la bouche parle de l'abondance du cœur (Mt 12, 34)* ; et si nous n'y pensons pas à mal, le malin néanmoins en pense beaucoup, et se sert toujours secrètement de ces mauvais mots pour en transpercer le cœur de quelqu'un. Ceux qui ont au cœur l'honnêteté et chasteté, qui est la vertu angélique, ont toujours leurs paroles nettes, civiles et pudiques. Quant aux choses indécentes et folles, l'Apôtre ne veut *pas que seulement on les nomme (Ep 5, 3)* nous assurant que rien ne corrompt tant *les bonnes mœurs que les mauvais propos (1 Co 15, 33)*.

Si ces paroles déshonnêtes sont dites à couvert avec subtilité, elles sont infiniment plus vénéneuses. Les conversations doivent être comme essaims d'abeilles assemblées pour faire le miel de quelque doux et vertueux entretien, et non pas comme un tas de guêpes qui se joignent pour sucer quelque pourriture. Si quelque sot vous dit des paroles messéantes, témoignez que vos oreilles en sont offensées, selon que votre prudence vous enseignera.

C'est une des plus mauvaises conditions qu'un esprit peut avoir que d'être moqueur : Dieu hait extrêmement ce vice. Rien n'est si contraire à la charité, et beaucoup plus à la dévotion que le mépris et contemnement du prochain.

Mais quant aux jeux de paroles qui se font des uns aux autres avec une modeste gaîté et joyeuseté, ils appartiennent à la vertu nommée eutrapélie (*souplesse d'esprit, enjouement) par les Grecs, et pas iceux on prend une honnête et amiable récréation sur les occasions frivoles que les imperfections humaines fournissent. La gaîté et gausserie provoque à rire par une simple liberté, confiance et familière franchise, conjointe à la gentillesse de quelque mot.

28. Des jugements téméraires

Ne jugez point et vous ne serez point jugés (Lc 6, 37) ; Ne portez pas de jugement prématuré. Laissez venir le Seigneur ; c'est lui qui éclairera les secrets des ténèbres et rendra manifestes les desseins des cœurs. (1 Co 4, 5) Si nous nous jugeons nous-mêmes, nous ne serions pas jugés. (1 Co 11, 31)

Oh ! que les jugements téméraires sont désagréables à Dieu ! Les jugements des enfants des hommes sont téméraires :

1. parce qu'ils ne sont pas juges les uns des autres, et jugeant, ils usurpent l'office de Notre Seigneur
2. parce que la principale malice du péché dépend de l'intention et *desseins des cœurs*, qui est *le secret des ténèbres* pour nous
3. parce qu'un chacun à assez à faire à se juger soi-même, sans entreprendre de juger son prochain.

Selon les causes des jugements téméraires, il y faut remédier. Ceux qui ont avalé l'orgueil, l'envie, l'ambition, la haine, ne voient rien qu'ils ne trouvent mauvais et blâmable : buvez le plus que vous pourrez le vin sacré de la charité, elle vous affranchira de ces mauvaises humeurs qui vous font faire ces jugements tortus.

La charité craint de rencontrer le mal ; et quand elle le rencontre, elle en détourne sa face et paraît ne pas le remarquer, même elle ferme ses yeux avant que de le voir, au premier bruit qu'elle en aperçoit, et puis croit par une sainte simplicité que ce n'était pas le mal, mais seulement l'ombre ou quelque fantôme du mal ; que si par force elle reconnaît que c'est lui-même, elle s'en détourne tout incontinent et tâche d'en oublier la figure. La charité est le grand remède à tous les maux, mais spécialement pour celui-ci. Ce péché de jugement téméraire est une jaunisse spirituelle, qui fait paraître toutes choses mauvaises aux yeux de ceux qui en sont atteint ; mais qui veut en guérir, il faut qu'il mette les remèdes non aux yeux, non à l'entendement, mais aux affections, qui sont les pieds de l'âme : si vos affections sont douces, votre jugement sera doux ; si elles sont charitables, votre jugement le sera de même.

L'homme juste, quand il ne peut plus excuser ni le fait ni l'intention, encore ne veut-il pas juger, mais ôte cela de son esprit et en laisse le jugement à Dieu. Quand nous ne pouvons excuser le péché, rendons-le au moins digne de compassion, l'attribuant à la cause la plus supportable qu'il puisse avoir, comme à l'ignorance ou à l'infirmité.

Les cogitations des bonnes âmes ne sortent pas sur des objets embrouillés ni parmi les actions nubileuses des prochains ; mais, pour en éviter la rencontre, se ramassent dedans le cœur pour y ménager les bonnes résolutions de leur amendement propre. C'est le fait d'une âme inutile, de s'amuser à l'examen de la vie d'autrui.

29. De la médisance

La médisance est la vraie peste des conversations.

Quiconque ôte injustement la bonne renommée à son prochain, outre le péché qu'il commet, il est obligé à faire la réparation ; car nul ne peut entrer au Ciel avec le bien d'autrui, et entre tous les biens extérieurs la renommée est le meilleur.

La médisance est une espèce de meurtre, car nous avons trois vies : la spirituelle qui gît en la grâce de Dieu, la corporelle qui gît en l'âme, et la civile qui consiste en la renommée ; le péché nous ôte la première, la mort nous ôte la seconde, et la

médiance nous ôte la troisième. Mais le médiant fait ordinairement trois meurtres : il tue son âme et celle de celui qui l'écoute, d'un homicide spirituel, et ôte la vie civile à celui duquel il médit.

Je vous conjure donc de ne jamais médire de personne, ni directement, ni indirectement : gardez-vous d'imposer des faux crimes et péchés au prochain, ni de découvrir ceux qui sont secrets, ni d'agrandir ceux qui sont manifestes, ni d'interpréter en mal la bonne œuvre, ni de nier le bien que vous savez être en quelqu'un, ni le dissimuler malicieusement, ni le diminuer par paroles ; car en toutes ces façons, vous offenseriez grandement Dieu.

Ceux qui pour médire font des préfaces d'honneur, ou qui disent de petites gentillesses et gausseries entre deux, sont les plus fins et vénereux médians de tous. Ceux-ci retirent leur médiance à eux, mais ce n'est que pour la décocher plus fermement.

Ne dites pas : un tel est un ivrogne, encore que vous l'avez vu ivre ; un seul acte ne donne pas le nom à la chose.

Hélas ! puisque la bonté de Dieu est si grande, qu'un seul moment suffit pour impétrer et recevoir sa grâce, quelle assurance pouvons-nous avoir qu'un homme qui était hier pécheur, le soit aujourd'hui ? Le jour précédent ne doit pas juger le jour présent, il n'y a que le dernier qui les juge tous.

Il ne faut pas, pensant fuir le vice de la médiance, favoriser, flatter ou nourrir les autres, mais faut dire rondement et franchement mal du mal, et blâmer les choses blâmables : ce que faisant, nous glorifions Dieu.

Pour louablement blâmer les vices d'autrui :

- Il faut que l'utilité ou de celui duquel on parle, ou de ceux à qui l'on parle, le requière.
- Outre cela, encore faut-il qu'il m'appartienne de parler sur ce sujet, et que, si je ne parle, il semblera que j'approuve le vice ; que si je suis des moindres, je ne dois pas entreprendre de faire la censure.
- Mais surtout, il faut que je sois exactement juste en mes paroles, pour ne dire pas un seul mot de trop, et enfin, il faut surtout observer, en blâmant le vice, d'épargner le plus que vous pourrez la personne en laquelle il est.

Des pécheurs infâmes, publics et manifestes, on en peut parler librement, pourvu que ce soit avec esprit de charité et de compassion, et non point avec arrogance et présomption. J'excepte entre tous, les ennemis déclarés de Dieu et de son Eglise ; car ceux là, il les faut décrier tant qu'on peut, comme sont les sectes des hérétiques et schismatiques, et les chefs d'icelles : c'est charité de crier au loup quand il est entre les brebis.

Chacun se donne liberté de juger et censurer les princes, et de médire des nations toutes entières : ne faites pas cette faute.

Quand vous oyez mal dire, rendez douteuse l'accusation, si vous le pouvez faire justement ; si vous ne pouvez pas, excusez l'intention de l'accusé ; que si cela ne se peut, témoignez de la compassion sur lui, écartez ce propos-là, vous ressouvenant et faisant ressouvenir la compagnie que ceux qui ne tombent pas en faute en doivent toute la grâce à Dieu.

30. Quelques autres avis touchant le parler

Que votre langage soit doux, franc, sincère, rond, naïf et fidèle. Gardez-vous des duplicités, artifices et dissimulations ; bien qu'il ne soit pas bon de dire toujours toutes sortes de vérités, pourtant il n'est jamais permis de contrevenir à la vérité. Accoutumez-vous à ne jamais mentir à votre escient, ni par excuse ni autrement.

C'est un avis du roi saint Louis, de ne point contredire personne, sinon qu'il y eût péché ou grand dommage à être du même avis : c'est afin d'éviter toutes contestes et disputes. Or, quand il importe de contredire à quelqu'un et d'opposer son opinion à celle d'un autre, il faut user de grande douceur et dextérité, sans vouloir violenter l'esprit d'autrui.

Le parler peu, tant recommandé par les anciens sages, ne s'entend pas qu'il faille dire peu de paroles, mais de n'en dire pas beaucoup d'inutiles. De faire trop l'entendu et le sévère, refusant de contribuer aux devis familiers qui se font ès conversations, il semble qu'il y ait ou manquement de confiance, ou quelque sorte de dédain ; de babiller aussi et cajoler (**jacasser*) toujours, sans souhait, cela tient de l'éventé et du léger.

31. Des passe-temps et récréations et premièrement des loïsibles et louables *(notes générales qui peuvent toujours servir)*

Il est nécessaire de relâcher quelquefois notre esprit et notre corps encore, à quelque sorte de récréation. C'est un vice, sans doute, que d'être si rigoureux, agreste et sauvage, qu'on ne veuille prendre pour soi ni permettre aux autres aucune sorte de récréation.

Pour bien en user des récréations honnêtes, il n'est besoin que de la commune prudence, qui donne à toutes choses le rang, le temps, le lieu et la mesure. Il se faut seulement garder de l'excès, soit au temps que l'on y emploie, soit au prix que l'on y met.

Mais surtout, prenez garde de ne point attacher votre affection à tout cela. Je ne dis pas qu'il ne faille prendre plaisir à jouer pendant que l'on joue, car autrement on ne se récréerait pas ; mais je dis qu'il ne faut pas y mettre son affection pour le désirer, pour s'y amuser et s'en empresser.

32. Des jeux défendus (*idem*)

Les jeux èsquels le gain dépend principalement du hasard, ne sont pas seulement des récréations dangereuses comme les danses, mais elles sont simplement et naturellement mauvaises et blâmables. Car le gain qui doit être le prix de l'industrie, est rendu le prix du sort, qui ne mérite nul prix, puisqu'il ne dépend nullement de nous.

Il n'y a point de joie au jeu qu'en gagnant, et cette joie n'est-elle pas inique, puisqu'elle ne se peut avoir que par la perte et le déplaisir du compagnon ?

33. Des bals et passe-temps loïsibles mais dangereux (*idem*)

Les danses et les bals sont choses indifférentes de leur nature ; mais selon l'ordinaire façon avec laquelle cet exercice se fait, il est fort penchant et incliné du côté du mal, et par conséquent plein de danger et de péril. C'est toujours folie de changer le jour à la nuit, la lumière aux ténèbres, les bonnes œuvres à des folâtreries.

Si par quelque occasion, de laquelle vous ne puissiez pas vous bien excuser, il faut participer à un passe-temps dangereux, que votre attitude soit accommodée de modestie, de dignité et de bonne intention. Après ces passe-temps, il faut user de quelques saintes et bonnes considérations, qui empêchent les dangereuses impressions que le vain plaisir qu'on a reçu pourrait donner à nos esprits.

34. Quand on peut jouer ou danser (*idem*)

Pour jouer et danser loïsiblement, il faut que ce soit par récréation et non par affection ; pour peu de temps et non jusques à se lasser ou étourdit, et que ce soit rarement.

Dancez et jouez quand pour condescendre et complaire à l'honnête conversation en laquelle vous serez, la prudence et discrétion vous le conseilleront ; la condescendance, comme surgeon de la charité, rend les choses indifférentes bonnes, et les dangereuses permises. Elle ôte même la malice à celles qui sont en quelque chose mauvaises.

35. Qu'il faut être fidèle ès grandes et petites occasions

(Ct 4, 9) Pour servir l'Epoux à son goût, il faut avoir grand soin de le bien servir aux choses grandes et hautes et aux choses petites et abjectes, puisque nous pouvons également, et par les unes et par les autres, lui dérober son cœur par amour.

Préparez-vous donc à souffrir beaucoup de grandes afflictions pour Notre-Seigneur et même le martyr ; résolvez-vous de lui donner tout ce qui vous est de plus précieux, s'il lui plaisait.

Mais tandis que la divine Providence ne vous envoie pas des afflictions si sensibles et si grandes, et qu'il ne requiert pas de vous vos yeux, donnez-lui pour le moins vos cheveux : je veux dire, supportez tout doucement les menues injures, ces petites incommodités, ces pertes de peu d'importance qui vont sont journalières ; car par le moyen de ces petites occasions, employées avec amour et dilection, vous gagnerez entièrement son cœur et le rendrez tout vôtre.

Toutes ces petites souffrances, étant prises et embrassées avec amour, contentent extrêmement la Bonté divine laquelle pour un seul verre d'eau a promis la mer de toute félicité à ses fidèles (Mt 10, 42). Et parce que ces occasions se présentent à tout moment, c'est un grand moyen pour assembler beaucoup de richesses spirituelles que de les bien employer.

Combien il importe de bien dresser toutes nos actions, pour viles qu'elles soient, au service de sa divine Majesté.

(Pv 31, 19) Mettez la main à chose forte, vous exerçant à l'oraison et méditation, à l'usage des Sacrements, à donner de l'amour de Dieu aux âmes, à répandre de bonnes inspirations dedans les cœurs, et enfin à faire des œuvres grandes et d'importance, selon votre vacation ; mais n'oubliez pas aussi votre fuseau et votre quenouille, c'est-à-dire, pratiquez ces petites et humbles vertus, lesquelles, comme fleurs, croissent au pied de la Croix.

Les grandes occasions de servir Dieu se présentent rarement, mais les petites sont ordinaires : or, qui sera fidèle en peu de chose, dit le Sauveur même, on l'établira sur beaucoup. (Mt 25, 21) Faites donc toutes choses au nom de Dieu (Col 3, 17) et toutes choses seront bien faites. Vous profiterez beaucoup devant Dieu, faisant toutes choses parce que Dieu veut que vous les fassiez.

36. Qu'il faut avoir l'esprit juste et raisonnable

Nous ne sommes hommes que par la raison, et c'est pourtant chose rare de trouver des hommes vraiment raisonnables, d'autant que l'amour-propre nous fait sortir ordinairement de la raison, nous conduisant insensiblement à mille sortes de petites, mais dangereuses injustices et iniquités qui, comme les petits renardeaux desquels il est parlé aux Cantiques (Ct 2, 15), démolissent les vignes ; car d'autant qu'ils sont petits on n'y prend pas garde, et parce qu'ils sont en quantité, ils ne laissent pas beaucoup nuire.

Nous sommes comme les perdrix de Paphlagonie, qui ont deux cœurs ; car nous avons un cœur doux, gracieux et courtois en notre endroit, et un cœur dur, sévère, rigoureux envers le prochain. Nous avons deux poids : l'un pour peser nos commodités avec le plus d'avantage que nous pouvons, l'autre pour peser celles du prochain avec le plus de désavantage qu'il se peut.

D'avoir deux poids, l'un fort pour recevoir et l'autre faible pour délivrer, c'est chose abominable devant Dieu (Dt 25, 13.16).

Soyez égale et juste en vos actions, mettez-vous toujours en la place du prochain, et le mettez en la vôtre, et ainsi vous jugerez bien. Toutes ces injustices sont petites, mais elles ne laissent pas de nous obliger à nous en amender, car ce sont des grands défauts de raison et de charité ; et au bout de là ce ne sont que tricheries, car on ne perd rien à vivre généreusement et avec un cœur royal, égal et raisonnable. Ressouvenez-vous donc d'examiner souvent votre cœur, s'il est tel envers le prochain comme vous voudriez que le sien fût envers vous, si vous étiez en sa place ; car voilà le point de la vraie raison.

37. Des désirs

Le désir du mal nous rend mauvais.

- Ne désirez point les choses qui sont dangereuses à l'âme, comme sont les bals, les jeux, ni les honneurs et charges, ni les visions et extases, car il y a beaucoup de péril, de vanité et de tromperie en telles choses.
- Ne désirez pas les choses qui ne peuvent arriver de longtemps. Ces désirs inutiles occupent la place des autres que je devrais avoir, ce que Dieu veut que je pratique pour lors.
- Je n'approuve nullement qu'une personne attachée à quelque devoir ou vacation, s'amuse à désirer une autre sorte de vie que celle qui est convenables à son devoir, ni des exercices incompatibles à sa condition présente ; car cela dissipe le cœur et l'alanguit ès exercices nécessaires.
- Non, je ne voudrais pas même que l'on désirât d'avoir meilleur esprit ni meilleur jugement, ces désirs tiennent la place de celui que chacun doit avoir, de cultiver le sien, tel qu'il est ; ni que l'on désire les moyens de servir Dieu que l'on n'a pas, mais que l'on emploie fidèlement ceux qu'on a.

Or, cela s'entend des désirs qui amusent le cœur ; car quant aux simples souhaits, ils ne font nulle nuisance, pourvu qu'ils ne soient pas fréquents.

- Ne désirez pas les croix, sinon à mesure que vous aurez bien supporté celles qui se seront présentées ; car c'est un abus de désirer le martyre et n'avoir pas le courage de supporter une injure. L'ennemi nous procure souvent des grands désirs pour des objets absents et qui ne se présenteront jamais, afin de divertir notre esprit des objets présents desquels, pour petits qu'ils soient, nous pourrions faire grand profit.
- Ne désirez pas les tentations, car ce serait témérité ; mais employez votre cœur à les attendre courageusement, et à vous en défendre quand elles arriveront.

Quand votre âme est purgée, elle a un appétit fort grand des choses spirituelles ; et comme tout affamée, elle se met à désirer mille sortes d'exercices de piété, de mortification, de pénitence, d'humilité, de charité, d'oraison. C'est bon signe, mais regardez si vous pourrez bien digérer tout ce que vous voulez manger. Choisissez donc, par l'avis de votre directeur, entre tant de désirs, ceux qui peuvent être pratiqués et exécutés maintenant ; ceux-là, faites-les bien valoir : cela fait, Dieu vous en enverra d'autres.

Je ne dis pas qu'il faille perdre aucune sorte de bons désirs, mais je dis qu'il les faut produire par ordre ; et ceux qui ne peuvent être effectués présentement, il les faut serrer en quelque coin du cœur, jusqu'à ce que leur temps soit venu, et pendant ce temps, effectuer ceux qui sont mûrs. Sans cela nous ne saurions vivre qu'avec inquiétude et agitation.

[chapitres sans intérêt pour une moniale]

40. Avis pour les veuves *(notes générales qui peuvent toujours servir)*

Le vœu rend les œuvres faites ensuite d'icelui plus agréables à Dieu, fortifie le courage pour les faire, et ne donne pas seulement à Dieu les œuvres, qui sont comme les fruits de notre bonne volonté, mais lui dédie encore la volonté même, qui est comme l'arbre de nos actions.

Par le vœu de chasteté nous lui faisons un don absolu et irrévocable, nous rendant ainsi heureusement esclaves de Celui, la servitude duquel est meilleure que toute royauté.

Ni la viduité ni la virginité n'ont point de rang au Ciel que celui qui leur est assigné par l'humilité.

QUATRIÈME PARTIE

CONTENANT LES AVIS NÉCESSAIRES CONTRE LES TENTATIONS PLUS ORDINAIRES

1. Qu'il ne faut point d'amuser aux paroles des enfants du monde

Tout aussitôt que les mondains s'apercevront que vous voulez suivre la vie dévote, ils décocheront sur vous mille traits de leur cajolerie et médisance. Tout cela n'est qu'un sot et vain babill. *Si vous étiez du monde*, dit le Sauveur, *le monde aimerait ce qui est sien ; mais parce que vous n'êtes pas du monde, puisque mon choix vous a tiré du monde, pour cette raison, le monde vous hait.* (Jn 15, 19)

On passera trente nuits à danser : nul ne s'en plaint ; et pour la veille seule de la nuit de Noël, chacun tousse et crie au ventre le jour suivant.

Nous ne saurions être bien avec le monde qu'en nous perdant avec lui. Il n'est pas possible que nous le contentions, car il est trop bizarre. (cf Mt 11, 18-19 « Jean vient en effet, ne mangeant ni ne buvant, et l'on dit : Il est possédé ! Vient le Fils de l'homme, mangeant et buvant, et l'ont dit : Voilà un glouton et un ivrogne, un ami des publicains et des pécheurs ! ») Il est vrai, si nous nous relâchons par condescendance à rire, jouer, danser avec le monde, il s'en scandalisera ; si nous ne le faisons pas, il nous accusera d'hypocrisie ou mélancolie, etc.

En lieu que, comme dit saint Paul, la charité est bénigne, au contraire, le monde est malin ; au lieu que la charité ne pense point de mal, au contraire le monde pense toujours mal, et quand il ne peut accuser nos actions, il accuse nos intentions. Les araignes gâtent toujours l'ouvrage des abeilles.

Laissons cet aveugle : qu'il crie tant qu'il voudra. Soyons fermes en nos desseins, invariables en nos résolutions ; la persévérance fera bien voir si c'est résolument et tout de bon que nous sommes sacrifiés à Dieu et rangés à la vie dévote.

Nous sommes *crucifiés au monde* et le monde nous doit être *crucifié* (Gal 6, 14) ; il nous tient pour fols, tenons-le pour insensé.

2. Qu'il faut avoir bon courage

Les vains amusements et passe-temps, èsquels vous avez employé les années passées, se représenteront encore à votre cœur pour l'appâter et faire retourner de leur côté ; mais auriez-vous bien le courage de renoncer à cette heureuse éternité pour des si trompeuses légèretés ? Croyez-moi, si vous persévérez, vous ne tarderez pas de recevoir des douceurs de cœur si délicieuses et agréables, que vous confesserez que le monde n'a que du fiel en comparaison de ce miel, et qu'*un seul jour* de dévotion *vaut mieux que mille années* de la vie mondaine (Ps 83, 11)

Vous voyez que la montagne de la perfection chrétienne est extrêmement haute : Eh ! mon Dieu, comment pourrai-je monter ? Courage ! Nous sommes encore de petits mouchons en dévotion : nous ne saurions monter selon notre dessein ; mais commençons-nous à prendre forme par nos désirs et résolutions ; les ailes nous commencent à sortir : il faut donc espérer qu'un jour nous serons abeilles spirituelles et que nous volerons ; et pendant ce temps, vivons du miel de tant d'enseignements que les anciens dévots nous ont laissés, et prions Dieu qu'il nous donne des plumes comme de colombe.

3. De la nature des tentations et de la différence qu'il y a entre sentir la tentation et consentir à icelle

Satan, le monde et la chair, voyant une âme épousée au Fils de Dieu, lui envoient des tentations et suggestions par lesquelles : 1. Le péché lui est proposé 2. sur quoi, elle se plaît ou elle se déplaît 3. enfin elle consent ou elle refuse.

Ce sont en somme les trois degrés pour descendre à l'iniquité : la tentation, la délectation et le consentement ; et bien que ces trois actions ne se connaissent pas si manifestement en toutes autres sortes de péchés, elle se connaissent palpablement aux grands et énormes péchés.

Quand la tentation, de quelque péché que ce soit, durerait toute notre vie, elle ne saurait nous rendre désagréables à la divine Majesté, pourvu qu'elle ne nous plaise pas et que nous n'y consentons pas : parce qu'en la tentation nous n'agissons pas, mais nous souffrons ; et puisque nous n'y prenons point plaisir, nous ne pouvons aussi en avoir aucune sorte de coup. [Les grands saints cruellement tentés par la chair] ne perdirent rien de la grâce de Dieu pour tout cela, mais l'augmentèrent de beaucoup.

Il faut donc être fort courageuse emmi les tentations, et ne se tenir jamais pour vaincue pendant qu'elles vous déplairont. Que donc les ennemis de notre salut nous présentent tant qu'ils voudront, d'amorces et d'appâts, qu'ils demeurent toujours à la porte de notre cœur pour entrer, qu'ils nous fassent tant de propositions qu'ils voudront ; mais tant que nous aurons résolution de ne point nous plaire en tout cela, il n'est pas possible que nous offensions Dieu.

Nous avons deux parties en notre âme, l'une inférieure et l'autre supérieure. Il arrive maintes fois que la partie inférieure se plaît en la tentation, sans le consentement, mais contre le gré de la supérieure. (cf Ga 5, 17 ; Rm 7, 23)

De la charité parmi les grandes et violentes tentations :

La tentation jetant sa délectation en la partie inférieure, couvre, ce semble, toute l'âme de cendres, et réduit l'amour de Dieu au petit pied, car il ne paraît plus en nulle part sinon au milieu du cœur, au fin fond de l'esprit ; encore semble-t-il qu'il n'y soit pas, et a-t-on peine de le trouver. Il y est néanmoins en vérité, puisque, quoique tout soit en trouble en notre âme et en notre corps, nous avons la résolution de ne point consentir au péché ni à la tentation, et que la délectation qui plaît à notre homme extérieur déplaît à l'intérieur, et quoiqu'elle soit tout autour de notre volonté, encore elle n'est pas icelle : en quoi l'on voit que telle délectation est involontaire, et étant telle, ne peut être péché.

4. Deux beaux exemples sur ce sujet

Le jeune homme duquel parle saint Jérôme : ne devait-il pas sentir d'étranges accidents ? ses sens ne devaient-ils pas être saisis de la délectation, et son imagination extrêmement occupée de cette présence des objets voluptueux ? Sans doute ; et néanmoins, emmi un si terrible orage de tentations et entre tant de voluptés, il témoigne que son cœur n'est point vaincu et que sa volonté n'y consent nullement.

Sainte Catherine de Sienne : bien que toutes ces choses fussent extérieures, encore que par le moyen des sens elles pénétraient bien avant dedans le cœur de la vierge, lequel, comme elle confessait elle-même, en était tout plein, ne lui restant plus que la fine pure volonté supérieure qui ne fût agitée. La tentation et délectation était même entrée dedans le cœur et avait environné la volonté, laquelle seule, assistée de son Sauveur, résistait par des amertumes, des déplaisirs et détestations du mal qui lui était suggéré, refusant perpétuellement son consentement au péché qui l'environnait.

C'est la fine fleur de la perfection de l'amour céleste, que de faire souffrir et combattre l'amant pour l'amour sans savoir s'il a l'amour pour lequel et par lequel il combat.

5. Encouragement à l'âme qui est ès tentations

Ces grands assauts et ces tentations si puissantes ne sont jamais permises de Dieu que contre les âmes lesquelles il veut élever à son pur et excellent amour. Je le vous le dis afin que s'il vous arrive jamais d'être affligée de si grandes tentations, vous sachiez que Dieu vous favorise d'une faveur extraordinaire, par laquelle il déclare qu'il vous veut agrandir devant sa face ; et afin que néanmoins vous soyez toujours humble et craintive, ne vous assurant pas de pouvoir vaincre les menues tentations après avoir surmonté les grandes, sinon par une continuelle fidélité à l'endroit de sa Majesté.

Il arrive quelques fois que, par la violence des tentations, il semble que notre âme est tombée en une défaillance totale de ses forces et que, comme pâmée, elle n'a plus ni vie spirituelle ni mouvement ; mais mettons la main sur le cœur ; considérons si le cœur et la volonté font encore leur devoir en refusant de consentir et suivre la tentation et délectation ; car pendant que le mouvement du refus est dedans notre cœur, nous sommes assurés que la charité est en nous, et que Jésus-Christ notre Sauveur se trouve dans notre âme, quoique caché.

6. Comme la tentation et délectation peuvent être péché

Ainsi arrive-t-il quelques fois, que la seule tentation nous met en péché, parce que nous sommes cause d'icelle.

Quand la délectation qui arrive de la tentation peut être évitée, c'est toujours péché de la recevoir, selon que le plaisir que l'on y prend et le consentement que l'on y donne est grand ou petit, de longue ou de petite durée.

C'est toujours chose déshonnête d'appliquer ou le cœur ou le corps à chose déshonnête ; et même, la déshonnêteté consiste tellement à l'application du cœur, que sans icelle l'application du corps ne peut être péché.

La tentation vous met en état de péché si vous avez pu éviter commodément l'occasion ; mais si vous n'avez donné nul sujet à la tentation, elle ne peut aucunement vous être imputée à péché.

On est quelquefois surpris de quelque chatouillement de délectation, qui suit immédiatement la tentation, avant que vraiment on s'en soit pris garde ; cela ne peut être pour le plus qu'un bien léger péché véniel, lequel se rend plus grand si, après que l'on s'est aperçu du mal où l'on est, on demeure par négligence à marchander avec la délectation si l'on doit l'accepter ou la refuser ; et encore plus grand si en s'en apercevant, on demeure en icelle par vraie négligence. Mais lorsque volontairement nous sommes résolus de nous plaire en telles délectations, ce propos est un grand péché, si l'objet pour lequel nous avons délectation est notablement mauvais.

7. Remèdes aux grandes tentations

- ❖ **Sitôt que vous sentez en vous quelques tentations, recourez à Dieu**, réclamant sa miséricorde et son secours : c'est le remède que Notre-Seigneur enseigne : *Priez pour ne pas entrer en tentation : l'esprit est ardent, mais la chair est faible (Mt 26, 41)*
- ❖ **Si la tentation persévère ou qu'elle accroisse, courez en esprit embrasser la sainte Croix**, comme si vous voyiez Jésus-Christ crucifié devant vous ; demandez-lui secours contre icelle, et continuez toujours à protester de ne vouloir point consentir, tandis que la tentation durera.
- ❖ **Ne regardez point au visage de la tentation, mais seulement regardez Notre-Seigneur**, car elle pourrait ébranler votre courage.

- ❖ **Divertissez votre esprit** par quelques occupations bonnes et louables.
- ❖ Le grand remède contre toutes tentations, grandes ou petites, c'est d'**ouvrir son cœur, et de communiquer les suggestions, sentiments et affections que nous avons à notre directeur** ; car notez que la première condition que le malin fait avec l'âme qu'il veut séduire, c'est du silence. Tandis qu'au contraire, Dieu en ses inspirations demande sur toutes choses que nous les fassions reconnaître par nos supérieurs et conducteurs.
- ❖ **Si la tentation s'opiniâtre à nous travailler et persécuter**, nous n'avons rien à faire, sinon à **nous opiniâtrer de notre côté** en la protestation de ne vouloir point consentir. L'âme, quoique troublée, ne peut jamais être offensée pendant qu'elle dit non.
- ❖ **Ne disputez point avec votre ennemi** et ne lui répondez jamais une seule parole, sinon celle que Notre-Seigneur lui répondit, avec laquelle il le confondit : « *Arrière, Satan ! Car il est écrit : tu adoreras le Seigneur ton Dieu et à lui seul serviras.* » (Mt 4, 10)

La dévote âme se voyant assaillie de quelque tentation, ne doit nullement s'amuser à disputer, mais tout simplement se retourner du côté de Jésus-Christ son Epoux, et lui protester derechef de sa fidélité, et de vouloir être à jamais uniquement toute sienne.

8. Qu'il faut résister aux menues tentations

Quoiqu'il faille combattre les grandes tentations avec un courage invincible, et que la victoire que nous en remportons nous soit extrêmement utile, si est-ce néanmoins que peut-être on fait plus de profit à bien combattre les petites ; car comme les grandes surpassent en qualité, les petites aussi surpassent si démesurément en nombre, que la victoire d'icelle peut être comparable à celle des plus grandes.

C'est chose bien aisée que de s'empêcher du meurtre, mais c'est chose difficile d'éviter les menues colères, desquelles les occasions se présentent à tout moment.

Ces menues tentations, ce sont les continuels exercices de ceux même qui sont plus dévots et résolus ; soyez assurée qu'autant de victoires que nous rapportons contre ces petits ennemis, autant de pierres précieuses seront mises en la couronne de gloire que Dieu nous prépare en son Paradis.

9. Comme il faut remédier aux menues tentations

Quant à ces menues tentations de vanité, de soupçon, de chagrin, de jalousie, d'envie, et semblables sottises qui, comme mouches viennent passer devant nos yeux, et tantôt nous piquer sur la joue, tantôt sur le nez, parce qu'il est impossible d'être tout à fait exempt de leur importunité, **la meilleure résistance qu'on leur puisse faire, c'est de ne s'en point tourmenter** ; car tout cela ne peut nuire, quoiqu'il puisse faire de l'ennui, pourvu que l'on soit bien résolu de vouloir servir Dieu.

Méprisez donc ces menues attaques et ne daignez pas seulement penser à ce qu'elles veulent dire ; et quand vous les verrez quelque peu s'arrêter en votre cœur, **ne faites autre chose que de tout simplement les ôter**, non pas combattant contre elles, mais **faisant des actions contraires**, quelles qu'elles soient, et spécialement de l'amour de Dieu.

Après avoir fait une action de cette vertu directement contraire, si vous avez eu le loisir de reconnaître la qualité de la tentation, vous ferez un simple retour de votre cœur du côté de Jésus Christ crucifié, et par une action d'amour en son endroit, vous lui baisez les sacrés pieds. (Meilleur moyen de vaincre l'ennemi ès petites et grandes tentations.)

Votre esprit s'accoutume en toutes tentations de recourir à ce rendez-vous général, ne sera point obligé d'examiner quelles tentations il a ; mais simplement se sentant troublé, il se tranquilliserà en ce grand remède, lequel est si épouvantable au malin esprit, que, quand il voit que ses tentations nous provoquent à ce divin amour, cesse de nous en faire.

Qui voudrait s'amuser par le menu avec les menues et fréquentes tentations se morfondrait et ne ferait rien.

10. Comme il faut fortifier son cœur contre les tentations

Considérez de temps en temps quelles passions dominant le plus en votre âme ; les ayant découvertes, prenez une façon de vivre qui leur soit toute contraire, en pensées, en paroles et en œuvres.

Exemple de la vanité :

- Faites souvent des pensées, combien ces vanités seront ennuyeuses à la conscience au jour de la mort ; combien elles sont indignes d'un cœur généreux, etc.
- Parlez souvent contre la vanité ; et encore qu'il vous semble que ce soit à contrecœur ; à force de dire contre quelque chose, nous nous émouvons à la haïr.
- Faites des œuvres d'abjection et d'humilité le plus que vous pourrez, encore qu'il vous semble que ce soit à regret ; par ce moyen vous vous habituez à l'humilité et affaiblissez votre vanité, vous aurez plus de forces pour la combattre.

En temps de paix, lorsque les tentations du péché auquel vous êtes sujette, ne vous presseront pas, **faites force actions de la vertu contraire**, et si les occasions ne se présentent, allez au-devant d'elles pour les rencontrer ; car par ce moyen vous renforcerez votre cœur contre la tentation future.

11. De l'inquiétude

L'inquiétude n'est pas une simple tentation, mais une source de laquelle et par laquelle plusieurs tentations arrivent. Elle est la douleur d'esprit que nous éprouvons à cause du mal qui est en nous contre notre gré, soit que le mal soit extérieur ou intérieur. Quand l'âme sent qu'elle a quelque mal, elle se déplaît de l'avoir, et voilà la tristesse ; et tout incontinent, elle désire d'en être quitte et d'avoir les moyens de s'en défaire ; et jusques ici elle a raison.

Si l'âme cherche les moyens d'être délivrée de son mal pour l'amour de Dieu, elle les cherchera avec patience, douceur, humilité et tranquillité, attendant sa délivrance plus de la bonté et providence de Dieu que de sa peine, industrie ou diligence ; **si elle cherche sa délivrance pour l'amour-propre**, elle s'empressera et s'échauffera à la quête des moyens, comme si ce bien dépendait plus d'elle que de Dieu. Je ne dis pas qu'elle le pense, mais qu'elle s'empresse comme si.

Si elle ne rencontre pas soudain ce qu'elle désire, elle entre en des grandes inquiétudes et impatiences, lesquelles n'ôtant pas le mal précédent, mais au contraire l'empirant, l'âme entre en une angoisse et détresse démesurée, avec une défaillance de courage et de force telle qu'il lui semble que son mal n'ait plus de remède.

L'inquiétude est le plus grand mal qui arrive en l'âme, excepté le péché ; notre cœur étant troublé et inquiet en soi-même, perd la force de maintenir les vertus qu'il avait acquises, et en même temps le moyen de résister aux tentations de l'ennemi, lequel fait alors toutes sortes d'efforts pour « pécher en eau trouble ».

L'inquiétude provient d'un désir déréglé d'être délivré du mal que l'on sent, ou d'acquérir le bien que l'on espère ; néanmoins il n'y a rien qui empire plus le mal et qui éloigne plus le bien que l'inquiétude et empressement. Quand donc vous serez pressée du désir d'être délivrée de quelque mal ou de parvenir à quelque bien, mettez votre esprit en repos et tranquillité, faites rasseoir votre jugement et votre volonté ; et puis, tout bellement et doucement, pourchassez l'issue de votre désir, prenant par ordre les moyens qui seront convenables.

Mon âme est toujours en mes mains, et je n'ai point oublié votre loi (Ps 118) Examinez au moins le soir et le matin si vous avez votre âme en vos mains, ou si quelque passion ou si l'inquiétude ne vous l'a point ravie, si vous avez votre cœur à votre commandement, ou bien s'il n'est point échappé pour s'engager à quelque affection déréglée d'amour, de haine, d'envie, de convoitise, de crainte, d'ennui, de joie.

S'il est égaré, cherchez-le et le ramenez tout bellement en la présence de Dieu, remettant vos affections et désirs sous l'obéissance et conduite de sa divine volonté.

Ne permettez pas à vos désirs, pour petits qu'ils soient et de petite importance, qu'ils vous inquiètent ; car après les petits, les grands et plus importants trouveraient votre cœur plus disposé au trouble et dérèglement.

Quand vous sentirez arriver l'inquiétude, recommandez-vous à Dieu, et résolvez-vous de ne rien faire du tout de ce que votre désir requiert de vous que l'inquiétude ne soit totalement passée, sinon que ce fût chose qui ne se pût différer et alors il faut, avec un doux et tranquille effort, retenir le courant de votre désir tant qu'il vous sera possible, et sur cela, faire la chose non selon votre désir, mais selon la raison.

Si vous pouvez **découvrir votre inquiétude à celui qui conduit votre âme**, ne doutez pas que tout aussitôt vous ne soyez tranquillisée.

12. De la tristesse

La tristesse selon Dieu produit un repentir salutaire qu'on ne regrette pas ; la tristesse du monde, elle, produit la mort. (2 Co 7, 10)

La tristesse donc peut être bonne et mauvaise, selon les diverses productions qu'elle fait en nous. Elle n'en fait que deux bonnes : miséricorde et pénitence ; et six mauvaises : angoisse, paresse, indignation, jalousie, envie et impatience.

Le mauvais tâche de faire réjouir les mauvais en leur péché, et attrister les bons en leurs bonnes œuvres ; et comme il ne peut produire le mal qu'en le faisant trouver agréable, aussi ne peut-il détourner du bien, qu'en le faisant trouver désagréable. Le malin se plaît en la tristesse et mélancolie, parce qu'il est triste et mélancolique et le sera éternellement : d'où son désir que chacun fût comme lui.

La mauvaise tristesse trouble l'âme, la met en inquiétude, donne des craintes déréglées, dégoûte de l'oraison, assoupit et accable le cerveau, prive l'âme de conseil, de résolution, de jugement et de courage, et abat les forces ; elle ôte toute suavité de l'âme et la rend presque percluse et impuissante en toutes ses facultés.

Pratiquez les remèdes suivants :

- ❖ *Quelqu'un est-il triste, qu'il prie (Jacques 5, 13)* : la prière est un souverain remède, car elle élève l'esprit en Dieu, qui est notre unique joie et consolation. Mais en priant, usez d'élan et paroles, soit intérieures, soit extérieures, qui tendent à la confiance et amour de Dieu.

- ❖ Opposez-vous vivement aux inclinations de la tristesse ; et bien qu'il semble que tout ce que vous ferez en ce temps-là se fasse froidement, tristement et lâchement, ne laissez pourtant pas de le faire ; car l'ennemi, voyant que nous ne laissons pas de le faire, et qu'étant faites avec résistance elles en valent mieux, il cesse de nous affliger.
- ❖ Chantez des cantiques spirituels
- ❖ Employez-vous aux œuvres extérieures et les diversifiez le plus que vous pouvez, pour divertir l'âme de l'objet triste, purifier et échauffer les esprits, la tristesse étant une passion de la complexion froide et sèche.
- ❖ Faites des actions extérieures de ferveur, quoique sans goût, embrassant l'image du Crucifix, etc.
- ❖ La fréquentation de la sainte Communion est excellence ; car ce pain céleste *affermit le cœur (Ps 103)* et réjouit l'esprit
- ❖ Découvrez tous les sentiments, affections et suggestions qui proviennent de votre tristesse à votre conducteur et confesseur, humblement et fidèlement
- ❖ Cherchez la conversation des personnes spirituelles, et les fréquentez le plus que vous pourrez
- ❖ Résignez-vous entre les mains de Dieu, vous préparant à souffrir cette ennuyeuse tristesse patiemment, comme juste punition de vos vaines allégresses ; et ne doutez nullement que Dieu après vous avoir éprouvée, ne vous délivre de ce mal.

13. Des consolations spirituelles et sensibles et comme il se faut comporter en icelles

[Il en est de l'univers comme] de l'homme, qui est « un abrégé du monde » ; car jamais il n'est en un même état, jamais une de ses heures n'est entièrement pareille à l'autre.

Il faut tâcher d'avoir une continuelle et inviolable égalité de cœur, en une si grande inégalité d'accidents, et quoique toutes choses se tournent et varient diversement autour de nous, il nous faut demeurer constamment immobiles à toujours regarder, tendre et prétendre à notre Dieu. Que tout se renverse sens dessus dessous, je ne dis pas seulement autour de nous, mais je dis en nous ; c'est-à-dire, que notre âme soit triste, joyeuse, en douceur, en amertume, en paix, en trouble, etc., encore faut-il pourtant qu'à jamais et toujours la pointe de notre cœur, notre esprit, notre volonté supérieure, regarde incessamment et tende perpétuellement à l'amour de Dieu. Non, jamais rien ne nous séparera de cet amour : ni la douleur présente, ni la crainte des accidents futurs, ni les artifices des malins esprits, ni la hauteur des consolations, ni la profondeur des afflictions, ni la tendreté, ni la sécheresse ne nous doit jamais séparer de cette sainte charité.

Cette résolution si absolue de ne jamais abandonner Dieu ni quitter son doux amour, sert de contrepoids à nos âmes pour les tenir en la sainte égalité. Notre âme ayant vivement embrassé par résolution le précieux amour de son Dieu, demeure constante parmi l'inconstance et vicissitude des consolations et afflictions, tant spirituelles que temporelles, tant extérieure qu'intérieures.

1. **La dévotion ne consiste pas en la douceur, suavité, consolation et tendreté sensible du cœur, qui nous provoque aux larmes et soupirs, et nous donne une certaine satisfaction agréable et savoureuse en quelques exercices spirituels.** Il y a beaucoup d'âmes qui ont de ces tendretés et consolations, qui néanmoins ne laissent pas d'être fort vicieuses, et par conséquent n'ont aucun vrai amour de Dieu et, beaucoup moins, aucune vraie dévotion. Ainsi se trouve-t-il des personnes, qui considérant la bonté de Dieu et la Passion du Sauveur sentent des grands attendrissements de cœur, qui leur font jeter des soupirs, des larmes, des prières et actions de grâce fort sensibles, de sorte qu'on dirait qu'elles ont le cœur saisi d'une bien grande dévotion. Mais quand la chose vient à l'essai, on trouve que, comme les pluies passagères d'un été bien chaud, qui tombant en grosses gouttes sur la terre ne la pénètrent point et ne servent qu'à la production des champignons, ainsi **ces larmes et tendretés, tombant sur un cœur vicieux et ne le pénétrant point, lui sont tout à fait inutiles** : car pour tout cela ils ne renonceraient pas un seule de leurs perverses affections. Les bons mouvements qu'ils ont eus, ne sont que des certains champignons spirituels, qui non seulement ne sont pas la vraie dévotion, mais bien souvent des grandes ruses de l'ennemi, qui, amusant les âmes à ces menues consolations, les fit demeurer contentes et satisfaites en cela, afin qu'elles ne cherchent plus **la vraie et solide dévotion, qui consiste en une volonté constante, résolue, prompte et active d'exécuter ce que l'on sait être agréable à Dieu.**

Telles sont la plupart de nos tendres dévotions : voyant donner un coup de lance qui transperce le cœur de Jésus-Christ crucifié, nous pleurons tendrement. Hélas ! c'est bien fait de pleurer sur cette mort et passion douloureuse de notre Père et Rédempteur ; mais pourquoi donc ne lui donnons-nous tout de bon la pomme que nous avons en nos mains et qu'il nous demande si instamment, à savoir notre cœur, unique pomme d'amour que ce cher Sauveur requiert de nous ! Que ne lui résignons-nous tant de menues affections, délectations, complaisances, qu'il nous veut arracher des mains et ne peut, parce que nous en sommes plus friands, que désireux de sa céleste grâce ?

2. **Ces tendretés et affectueuses douceurs sont néanmoins quelquefois très bonnes et utiles ; car elles excitent l'appétit de l'âme, confortent l'esprit, et ajoutent à la promptitude de la dévotion une sainte gaîté et allégresse qui rend nos actions belles et agréables, même en l'extérieur.** (Ps 118)

Les faveurs du divin Epoux sont meilleures à l'âme que le vin le plus précieux des plaisirs de la terre : qui en a goûté, tient tout le reste des autres consolations pour du fiel et de l'absinthe. Ceux à qui Dieu a donné cette manne céleste des suavités et consolations intérieures ne peuvent désirer ni recevoir les consolations du monde. **Ce sont des petits avant-goûts des suavités immortelles, que Dieu donne aux âmes qui le cherchent.**

3. **Comment pourrai-je discerner les unes des autres ?** Pour les affections et passions de nos âmes, nous les devons connaître **par leurs fruits** (*Mt 7, 16*). Nos cœurs sont des arbres, les affections et passions sont leurs branches, et leurs œuvres ou actions sont les fruits.
 - a. Si les douceurs, tendretés et consolations nous rendent plus humbles, patients, traitables, charitables et compatissants à l'endroit du prochain, plus fervents à mortifier nos concupiscences et mauvaises inclinations, plus constants en nos exercices, plus maniables et souples à ceux que nous devons obéir, plus simples en notre vie, sans doute qu'elles sont de Dieu.
 - b. Mais si ces douceurs n'ont de la douceur que pour nous, qu'elles nous rendent curieux, aigres, pointilleux, impatientes, opiniâtres, fiers, présomptueux, durs à l'endroit du prochain, et que, pendant déjà être des petits saints, nous ne voulons plus être sujets à la direction ni à la correction, indubitablement ce sont des consolations fausses et pernicieuses.
4. Quand nous aurons de ces douceurs et consolations :
 - a. **Il nous faut beaucoup humilier devant Dieu.** Gardons-nous bien de dire pour ces douceurs : « Oh ! que je suis bon ! » Ce sont des biens qui ne nous rendent pas meilleurs. Mais disons : « Oh ! que Dieu *est bon à ceux qui espèrent en lui, à l'âme le recherche !* (*Th 3, 25*) »
 - b. **Connaissions que nous sommes encore de petits enfants** qui avons besoin du lait, et que ces grains sucrés nous sont donnés parce que nous avons encore l'esprit tendre et délicat, qui a besoin d'amorces pour être attiré à l'amour de Dieu
 - c. Après cela, **recevons humblement ces grâces et faveurs et les estimons extrêmement grandes**, non tant parce qu'elles le sont en elles-mêmes, mais parce que c'est la main de Dieu qui nous les met au cœur. C'est beaucoup d'avoir des douceurs, mais c'est la douceur des douceurs de considérer que Dieu, de sa main amoureuse et maternelle, nous les met en la bouche, au cœur, en l'âme, en l'esprit.
 - d. Les ayant reçues ainsi humblement, **employons-les soigneusement, selon l'intention de Celui qui nous les donne : pour nous rendre doux envers un chacun et amoureux envers lui.** Baisons donc ce Sauveur qui nous donne tant de douceurs. Or, baiser le Sauveur, c'est lui obéir, garder ses commandements, faire ses volontés, suivre ses désirs. Quand donc nous aurons reçu quelque consolation, il faut ce jour-là **se rendre plus diligents à bien faire et à nous humilier.**
5. Il faut, outre tout cela, **renoncer de temps en temps à telles douceurs**, tendretés et consolations, séparant notre cœur de celles-ci et protestant, qu'encore que nous les acceptons humblement et les aimons, parce que Dieu nous les envoie et qu'elles nous provoquent à son amour, ce ne sont néanmoins pas elles que nous cherchons, mais Dieu et son saint amour ; et en cette affection nous **nous devons disposer à demeurer fermes au saint amour de Dieu, quand bien même de notre vie nous ne dussions jamais avoir aucune consolation**, et de vouloir dire également sur le mont de Calvaire, comme sur celui de Thabor : *Ô Seigneur, il m'est bon d'être avec vous* (*Mt 17, 4*), ou que vous soyez en croix, ou que vous soyez en gloire.
6. Finalement je vous avertis, que s'il vous arrivait quelque notable abondance de telles consolations, tendreté, larmes et douceurs, ou quelque chose d'extraordinaire en icelles, vous en confériez fidèlement avec votre conducteur, afin d'apprendre comme il s'y faut modérer et comporter.

14. Des sécheresses et stérilités spirituelles

Il adviendra que quelques fois vous serez tellement privée et destituée du sentiment de la dévotion, qu'il vous sera avis que votre âme soit une *terre déserte*, infructueuse, stérile, en laquelle il n'y ait ni sentier *ni chemin* pour trouver Dieu, *ni aucune eau* (*Ps 62, 3*) de grâce qui la puisse arroser, à cause des sécheresses qui, ce semble, la réduiront totalement en friche. Que l'âme en cet état est digne de compassion ! car alors, à l'imitation de David, elle se repaît de *larmes jour et nuit, tandis que*, par mille suggestions, l'ennemi pour la désespérer, se moque d'elle et lui dit : *Ah ! pauvrette, où est-il ton Dieu ?* (*Ps 41, 4*) par quel chemin le pourras-tu trouver ? qui te pourra jamais rendre la joie de sa sainte grâce ?

Prenez garde d'où le mal vous arrive : **nous sommes souvent nous-mêmes la cause de nos stérilités et sécheresses.**

1. **Dieu nous ôte les consolations, quand nous y prenons quelque vaine complaisance** et que nous sommes sujets aux vers de la vanité et de l'orgueil : *Il m'est bon que vous m'humiliiez ; oui, car avant que je fusse humilié, je vous avais offensé* (*Ps 118, 67*)
2. **Quand nous négligeons de recueillir les suavités et délices de l'amour de Dieu lorsqu'il en est temps**, il les écarte de nous en punition de notre paresse.
3. Nous sommes quelquefois couchés dans un lit des contentements sensuels et consolations périssables ; l'Époux de nos âmes buque à la porte de notre cœur ; il nous inspire de nous remettre à nos exercices spirituels ; mais nous marchandons avec lui : c'est pourquoi il passe outre et nous laisse croupi ; puis quand nous le voulons chercher, nous avons beaucoup de peine à le trouver : aussi l'avons-nous bien mérité, puisque **nous avons été infidèles et déloyaux à son amour que d'en avoir refusé l'exercice pour celui des choses du monde.**

4. **La duplicité et finesse d'esprit** exercée ès confessions et communications spirituelles que l'on fait avec son conducteur : puisque vous mentez au Saint Esprit, ce n'est pas merveille s'il vous refuse sa consolation ; vous ne voulez pas être simple et naïve comme un petit enfant, vous n'aurez donc pas la dragée des petits enfants.
5. Vous vous êtes bien **soûlée des contentements mondains**, ce n'est pas merveille si les délices spirituelles vous sont à dégoût. Ceux qui sont riches des plaisirs mondains ne sont pas capables (place pour recevoir) des spirituels.
6. Avez-vous bien **conservé les fruits des consolations reçues** ? vous en aurez donc des nouvelles, car *à celui qui a, on lui en donnera davantage, et à celui qui n'a pas ce qu'on lui a donné, mais qui l'a perdu par sa faute, on lui ôtera même ce qu'il n'a pas* (Mt 25, 2), c'est-à-dire on le privera des grâces qui lui étaient préparées.

Examinons notre conscience. Pas avec inquiétude et trop de curiosité ; si nous trouvons la cause du mal en nous, il en faut remercier Dieu, car **le mal est à moitié guéri quand on a découvert sa cause**. Si, au contraire, vous ne voyez rien en particulier qui vous semble avoir causé cette sécheresse, ne vous amusez point à une plus minutieuse recherche, mais avec toute simplicité, sans plus examiner aucune particularité, faites ce que je vous dirai :

1. **Humiliez-vous grandement devant Dieu**, en la connaissance de votre néant et misère.
2. **Invoquez Dieu et lui demandez son allégresse** : *Rendez-moi Seigneur l'allégresse de votre salut* (Ps 50, 14) *Mon Père, s'il est possible, transportez ce calice loin de moi.* (Mt 26, 39)
3. **Allez à votre confesseur** ; ouvrez-lui bien votre cœur, faites-lui bien voir tous les replis de votre âme, **prenez les avis qu'il vous donnera, avec grande simplicité et humilité** ; car Dieu qui aime infiniment l'obéissance, rend souvent utile les conseils que l'on prend d'autrui, et surtout des conducteurs des âmes, encore que d'ailleurs il n'y eut pas grande apparence d'utilité.
4. Après tout cela, rien n'est si utile, rien si fructueux en telles sécheresses et stérilités, que de **ne point s'affectionner et attacher au désir d'en être délivré**. Je ne dis pas qu'on ne doive faire des simples souhaits de la délivrance ; mais je dis qu'on ne s'y doit pas affectionner, mais **se remettre à la pure merci de la spéciale providence de Dieu**, afin, tant qu'il lui plaira, il se serve de nous entre ces épines et parmi ces déserts. Disons en ce temps-là : *Père, s'il est possible, transportez loin de moi ce calice* mais ajoutons de grand courage : *Toutefois, non ma volonté, mais la vôtre soit faite*. Dieu, nous voyant en cette indifférence, nous consolera par plusieurs grâces et faveurs.

Nous devons donc **en toutes sortes d'afflictions, tant corporelles que spirituelles, et ès distractions ou soustractions de la dévotion sensible** qui nous arrivent, dire de tout notre cœur et avec une profonde soumission : *Le Seigneur m'a donné des consolations, le Seigneur me les a ôtées : son saint Nom soit béni.* (Jb 1, 21)

5. Parmi toutes nos sécheresses et stérilités, **ne perdons point courage** : mais attendant en patience le retour des consolations, **suivons toujours notre train** ; ne laissons point pour cela aucun exercice de dévotion, mais s'il est possible, **multiplions les bonnes œuvres**.

Il arrive maintes fois que l'âme, se voyant au beau printemps des consolations spirituelles, s'amuse tant à les amasser qu'en l'abondance de ces douces délices elle fait beaucoup moins de bonnes œuvres ; et qu'au contraire, parmi les âpretés et stérilités spirituelles, à mesure qu'elle se voit privée des sentiments agréables de dévotion, elle en multiplie d'autant plus les **œuvres solides**, et abonde en la **production intérieure des vraies vertus, de patience, humilité, abjection de soi-même, résignation et abnégation de son amour propre**.

Les œuvres étant faites en sécheresse, notre volonté nous porte au service de Dieu par vive force, et par conséquent il faut qu'elle soit plus **vigoureuse et constante** qu'en temps de tendreté.

« L'oraison la plus agréable à Dieu est celle qui se fait par force et contrainte » (Bse Angèle de Foligni), c'est-à-dire celle à laquelle nous nous rangeons, non point pour aucun goût que nous y ayons, ni par inclination, mais **purement pour plaire à Dieu**, à quoi notre volonté nous porte comme à contre cœur, forçant et violentant les sécheresses et répugnances qui s'opposent à cela. Idem pour toutes sortes de bonnes œuvres : plus nous avons de contradictions, soit extérieures, soit intérieures, à les faire, plus elles sont estimées et prisées devant Dieu. **Moins il y a de notre intérêt particulier en la poursuite des vertus, plus la pureté de l'amour divin y reluit.**

15. Confirmation et éclaircissement de ce qui a été dit par un exemple notable

C'est chose ordinaire à presque tous ceux qui commencent à servir Dieu et qui ne sont encore point expérimentés ès soustractions de la grâce ni ès vicissitudes spirituelles, que, leur venant à manquer ce goût de la dévotion sensible, et cette agréable lumière qui les invite à se hâter au chemin de Dieu, ils perdent tout à coup l'haleine et tombent en pusillanimité et tristesse de cœur.

Cf exemple de Geoffroy de Péronne, tiré de l'histoire de saint Bernard

1. **Dieu donne ordinairement quelque avant-goût des délices célestes à ceux qui entrent à son service**, pour les retirer des voluptés terrestres et les encourager à la poursuite du divin amour
2. C'est néanmoins aussi ce bon Dieu qui quelquefois, selon sa sage disposition, nous ôte le lait et le miel des consolations, afin que, **nous sevrant ainsi, nous apprenions à manger le pain sec et plus solide d'une dévotion vigoureuse**, exercée à l'épreuve des dégoûts et tentations.

3. Quelquefois des biens grands orages s'élèvent parmi les sècheresses et stérilités ; **il faut constamment combattre les tentations, car elles ne sont pas de Dieu, mais il faut souffrir patiemment les sècheresses**, puisque Dieu les a ordonnées pour notre exercice.
4. **Nous ne devons jamais perdre courage entre les ennuis intérieurs**, ni dire comme le bon Geoffroy : « Jamais je ne serai joyeux » car emmi la nuit nous devons attendre la lumière ; réciproquement, au plus beau temps spirituel que nous puissions avoir, il ne faut pas dire : « Je ne serai jamais ennuyé » : non, car comme dit le Sage, *ès jours heureux il se faut ressouvenir du malheur (Ecc 11, 27)*. Il faut espérer parmi les peines et craindre entre les prospérités, et **tant en l'une qu'en l'autre, il se faut toujours humilier**.
5. C'est un souverain remède de **découvrir son mal** à quelque ami spirituel qui nous puisse soulager.

En toutes choses comme en celle-ci, notre bon Dieu et notre ennemi ont aussi des contraires prétentions, car **Dieu nous veut conduire par icelles à une grande pureté de cœur, à un entier renoncement de notre propre intérêt en ce qui est de son service, et un parfait dépouillement de nous-mêmes** ; mais le malin tâche d'employer ces travaux pour nous faire perdre courage, pour nous faire retourner du côté des plaisirs sensuels, et enfin nous rendre ennuyeux à nous-mêmes et aux autres, afin de décrier et diffamer la sainte dévotion.

Quelquefois les dégoûts, les stérilités et sècheresses proviennent de l'indisposition du corps : comme par l'excès des veilles, des travaux, on se trouve accablé de lassitudes, d'assoupissements, de pesanteurs et d'autres telles infirmités, lesquelles, bien qu'elles dépendent du corps, ne laissent pas d'incommoder l'esprit, à cause de l'étroite liaison qui est entre eux. **En pareilles occasions, il faut toujours se souvenir de faire plusieurs actes de vertu avec la pointe de notre esprit et volonté supérieure**, car encore que toute notre âme semble dormir, si est ce que les actions de notre esprit ne laissent pas d'être agréables à Dieu : « *Je dors, mais mon cœur veille* » (Ct 5, 2). S'il y a moins de goût à travailler de la sorte, il y a pourtant plus de mérite et de vertu.

Les plus grands serviteurs de Dieu sont sujets à ces secousses, les moindres ne doivent s'étonner s'il leur en arrive.

CINQUIÈME PARTIE

CONTENANT DES EXERCICES ET AVIS POUR RENOUVELER L'ÂME ET LA CONFIRMER EN LA DÉVOTION

1. Qu'il faut chaque année renouveler les bons propos par les exercices suivants

Notre nature humaine déchoit aisément de ses bonnes affections, à cause de la fragilité et mauvaise inclination de notre chair, qui appesantit l'âme et la tire toujours vers le bas, si elle ne s'élève souvent en haut à vive force de résolution. Vous avez besoin de réitérer et répéter fort souvent les bons propos que vous avez faits de servir Dieu, de peur que, ne le faisant pas, vous ne retombiez en votre premier état, ou plutôt en un état beaucoup pire (*Lc 11, 26*) ; car les chutes spirituelles ont cela de propre qu'elles nous précipitent toujours plus bas que n'était l'état duquel nous étions montés en haut à la dévotion.

Celui qui a un vrai soin de son cher cœur doit le remonter en Dieu au soir et au matin, doit plusieurs fois considérer son état, le redresser et le rendre propre à sa fonction ; et enfin, au moins une fois l'année, il le doit démonter, et regarder par le menu toutes les affections et passions d'icelui, afin de réparer tous les défauts qui y peuvent être.

La personne dévote, après la pratique de ce démontage de son cœur, pour le bien renouveler, le doit oindre par les Sacrements de Confession et de l'Eucharistie. Cet exercice réparera vos forces abattues par le temps, échauffera votre cœur, fera reverdir vos bons propos et reflurir les vertus de votre esprit. (*But de la solitude annuelle*)

2. Considération sur la grâce que Dieu nous a faite en nous appelant à son service, selon la protestation mise ci-dessus (*Partie I, ch. 20*)

1. - Le premier point de votre protestation est d'avoir quitté, rejeté, détesté, renoncé pour jamais tout péché mortel ;
 - le second : avoir dédié et consacré votre âme, votre cœur, votre corps, avec tout ce qui en dépend, à l'amour et service de Dieu ;
 - le troisième, c'est que s'il vous arrivait de tomber en quelque mauvaise action, vous vous en relèveriez soudainement, moyennant la grâce de Dieu.

2. **Considérez à qui vous avez fait votre protestation ; car c'est à Dieu.** *C'est à vous à qui mon cœur l'a dit ; mon cœur a projeté cette bonne parole ; non, jamais je ne l'oublierai (Ps 26, 8 ; 44, 2 ; 118, 16)*

3. **Considérez en présence de qui, car ç'a été à la vue de toute la cour céleste** : hélas ! la Sainte Vierge, saint Joseph, votre bon Ange, saint Louis, toute cette bénite troupe regardait. On fit une joie particulière pour cela parmi la Jérusalem céleste ; et maintenant on en fera la commémoration, si de bon cœur vous renouvez vos résolutions.

4. **Considérez par quels moyens vous faites votre protestation.** Ne fûtes-vous pas conviée par les doux attrait du Saint Esprit ? Les cordes avec lesquelles Dieu tira votre petite barque à ce port salutaire ne furent-elles pas d'**amour et charité** ? (*Osée 11, 4*) Comme vous alla-t-il amorçant avec son sucre divin, par les **Sacrements**, par la **lecture**, par l'**oraison** ?

5. **Considérez en quel temps Dieu vous tira à ces grandes résolutions.** Ah ! quel bonheur d'apprendre tôt ce que nous ne pouvons savoir que trop tard ! **Quelle grâce, qu'après avoir ainsi abusé des années précédentes, Dieu vous ait appelée** ; et qu'il ait arrêté la course de votre misère au temps auquel, si elle eût continué, vous étiez éternellement misérable !

6. **Considérez les effets de cette vocation** : vous trouvez en vous de bons changements, **comparant ce que vous êtes avec ce que vous étiez.** Ne prenez-vous point à bonheur de savoir parler à Dieu par l'oraison, d'avoir affection à le vouloir aimer, d'avoir tranquillisé et pacifié beaucoup de passions qui vous inquiétaient, d'avoir évité plusieurs péchés et embarras de conscience, et enfin, d'avoir si souvent communiqué de plus que vous n'eussiez pas fait, vous unissant à cette souveraine source de grâces éternelles ?

Il faut simplement conclure par action de grâces et une prière pleine du désir d'en bien profiter, se retirant avec **humilité et grande confiance en Dieu**, réservant de faire l'**effort des résolutions** après le deuxième point de cet exercice.

3. De l'examen de notre âme sur son avancement en la vie dévote

Pour bien commencer cet examen :

1. Mettez-vous en la présence de Dieu
2. Invoquez le Saint-Esprit, lui demandant lumière et clarté, afin que vous vous puissiez bien connaître avec saint Augustin qui s'écriait devant Dieu en esprit d'humilité : « Ô Seigneur, que je vous connaisse et que je me connaisse » et saint François : « Qui êtes-vous et qui suis-je ? »
3. Protestez de ne vouloir remarquer votre avancement que pour vous réjouir en Dieu, pour glorifier Dieu et l'en remercier.
4. Protestez que si vous découvrez d'avoir peu profité, ou bien d'avoir reculé, **vous ne voulez nullement pour tout cela vous abattre ni refroidir par aucune sorte de découragement** ou relâchement de cœur, mais **qu'au contraire vous voulez vous encourager** et animer davantage, vous humilier et remédier aux défauts, moyennant la grâce de Dieu.
5. Cela fait, considérez **doucement et tranquillement** comme jusques à l'heure présente vous vous êtes comportée envers Dieu, envers le prochain et à l'endroit de vous-même.

4. Examen de l'état de notre âme envers Dieu

1. Quel est votre cœur contre le **péché mortel** ? **En cette résolution consiste le fondement de la vie spirituelle.**
2. Quel est votre cœur à l'endroit des **commandements de Dieu** ? Ah ! ma fille, qui a le goût en bon état et l'estomac sain, il aime les bonnes viandes et rejette les mauvaises.
3. Quel est votre cœur à l'endroit des **péchés véniels** ? (*inévitables d'en commettre, mais des inclinations, ou pire : affection ?*)
4. Quel est votre cœur à l'endroit des **exercices spirituels** ? Et si vous trouvez quelque chose à quoi ce cœur ait moins d'inclination, examinez d'où vient ce dégoût, qu'est ce qui en est la cause.
5. Quel est votre cœur à l'endroit de **Dieu même** ? Il en est ainsi des âmes qui aiment bien Dieu : quoiqu'elles soient très occupées, quand le souvenir de Dieu s'approche d'elles, elles perdent presque contenance à tout le reste, pour l'aise qu'elles ont de voir ce cher souvenir revenu ; et c'est un extrêmement bon signe.
6. Quel est votre cœur à l'endroit de **Jésus-Christ**, Dieu et homme ? Les bonnes âmes prennent leur contentement autour de Jésus-Christ et ont une extrême tendreté d'amour en son endroit ; mais les mauvais se plaisent autour des vanités.
7. Quel est votre cœur à l'endroit de **Notre-Dame**, des **Saints**, de votre bon **Ange** ? (*amour, confiance, dévotion...*)
8. Quant à votre **langue**, comment parlez-vous de Dieu ?
9. Quant aux **œuvres**, pensez si vous avez à cœur la **gloire extérieure de Dieu** et de faire quelque chose à son honneur ; car ceux qui aiment Dieu, aiment avec Dieu, *l'ornement de sa maison* (*Ps 25, 8*)

Sauriez-vous remarquer avoir quitté quelque affection et renoncé à quelque chose pour Dieu ? **car c'est un bon signe d'amour de se priver de quelque chose en faveur de celui qu'on aime.** Qu'avez-vous donc ci-devant quitté pour l'amour de Dieu ?

5. Examen de notre état envers nous-mêmes

Amour désordonné de nous-même

Amour ordonné de nous-même

1. <i>Comme vous aimez-vous vous-même ?</i>	Si vous vous aimez trop pour ce monde, vous désirerez de demeurer toujours ici, et aurez un extrême son de vous établir en cette terre.	Si vous vous aimez pour le Ciel, vous désirerez, au moins acquiescerez aisément de sortir d'ici-bas à l'heure qu'il plaira à Notre-Seigneur.
2. <i>Tenez-vous bon ordre en l'amour de vous-même ?</i>	Il n'y a que l'amour désordonné de nous-même qui nous ruine. Nous tenons plus compte de l'honneur bas et caduc. Nous disons plus souvent en soi-même : « Que diront les hommes ? »	L'amour ordonné veut que nous ayons plus de soin d'acquiescer les vertus que toute autre chose. Nous tenons plus compte de l'honneur céleste que de l'honneur bas et caduc. Le cœur bien ordonné dit plus souvent en soi-même : Que diront les Anges si je pense à telle chose ?
3. <i>Quel amour avez-vous à votre cœur ?</i>	Vous vous fâchez de servir votre cœur en ses maladies.	Vous lui devez ce soin, de le secourir et faire secourir quand ses passions le tourmentent, et laisser toutes choses pour cela.
4. <i>Que vous estimez-vous devant Dieu ?</i>	Rien sans doute. Or, il n'y a pas grande humilité en une mouche de ne s'estimer rien au prix d'une montagne, ni en une goutte de se tenir pour rien en comparaison de la mer.	L'humilité gît à ne point nous estimer plus que les autres et à ne vouloir pas être surestimé par les autres.
5. <i>Quant à la langue, vous vantez-vous point, même d'une manière détournée ? Vous flattez-vous point en parlant de vous ?</i>		Aimer être oubliée, abjecte.
6. <i>Quant aux actes ?</i>	Prendre un plaisir contraire à votre santé, qui soit vain, inutile.	Soin raisonnable de sa santé physique.

6. Examen de l'état de notre âme envers le prochain

Aimer l'autre parce que Dieu l'ordonne et le veut : parents, enfants, proches parents, amis, **chacun selon son rang**.

1. Quel est votre cœur à l'endroit du prochain ? L'aimez-vous bien **cordialement et pour l'amour de Dieu** ? Certaines gens sont ennuyeux et maussades : **c'est là où on exerce l'amour de Dieu envers le prochain, et beaucoup plus envers ceux qui nous font du mal**, ou par effet ou par paroles.
2. Êtes-vous point prompte à parler du prochain en mauvaise part, surtout de ceux qui ne vous aiment pas ?
3. Faites-vous point de mal au prochain ou indirectement ?

7. Examen sur les affections de notre âme

En l'examen de ces points gît la connaissance de l'avancement spirituel qu'on a fait ; car quant à l'examen des péchés, cela est pour les confessions de ceux qui ne pensent point à s'avancer.

Il ne faut néanmoins pas se travailler sur un chacun de ses articles sinon tout doucement, considérant en quel état notre cœur a été dès notre résolution, et quelles fautes notables nous y avons commises.

Pour abrégé le tout, il faut réduire l'examen à la recherche de nos passions :

1. En notre amour envers Dieu, le prochain, et nous-mêmes.
2. En notre haine envers le péché qui se trouve en nous, et ès autres, car nous devons désirer l'extermination de l'un et de l'autre.
3. En nos désirs, touchant les biens, les plaisirs, les honneurs.
4. En la crainte des dangers de pécher et des pertes des biens de ce monde : on craint trop l'un et trop peu l'autre.
5. En l'espérance, trop mise dans les choses de la terre et en la créature, et trop peu mise en Dieu et ès choses éternelles.
6. En la tristesse, si elle est trop excessive pour choses vaines.
7. En la joie, si elle est excessive, et pour choses indignes.

Quelles affections enfin tiennent notre cœur embarrassé, quelles passions le possèdent ? En quoi s'est-il détraqué ?

Par les passions de l'âme, on reconnaît son état en les tâtant l'une après l'autre. Après avoir tâté l'amour, la haine, le désir, la crainte, l'espérance, la tristesse et la joie de notre âme, si nous les trouvons mal accordantes à l'air que nous voulons sonner, qui est la gloire de Dieu, nous pourrions les accorder, moyennant sa grâce et le conseil de notre Père spirituel.

8. Affections qu'il faut faire après l'examen

Après avoir doucement considéré chaque point de l'examen, et vu à quoi vous en êtes, vous viendrez aux affections.

1. Remerciez Dieu de cet amendement, *même petit*, reconnaissant que ç'a été sa miséricorde seul qui l'a fait en vous
2. Humiliez-vous fort devant Dieu, reconnaissant votre manquement
3. Promettez-lui de le louer à jamais des grâces exercées en votre endroit
4. Demandez-lui pardon de votre infidélité et déloyauté
5. Offrez-lui votre cœur afin qu'il s'en rende entièrement maître
6. Suppliez-le qu'il vous rende toute fidèle
7. Invoquez les Saints, la Sainte Vierge, votre Ange, votre Patron, saint Joseph, et ainsi des autres

9. Des considérations propres pour renouveler nos bons propos

Après l'examen et une discussion avec le directeur sur les défauts et les remèdes d'iceux, prendre les considérations suivantes, en faire une chaque jour, par manière de méditation, pendant l'oraison.

10. Considération première : de l'excellence de nos âmes

Hélas ! notre cœur courant aux créatures, il y va avec des empressements, pensant de pouvoir y calmer ses désirs ; mais sitôt qu'il les a rencontrées, il voit que c'est à refaire et que rien ne le peut contenter, Dieu ne voulant que notre cœur trouve aucun lieu sur lequel il puisse reposer, non plus que la colombe sortie de l'arche de Noé, afin qu'il retourne à son Dieu duquel il est sorti.

Ô ma belle âme, devez-vous dire, vous pouvez entendre et vouloir Dieu, pourquoi vous amusez-vous à chose moindre ? vous pouvez prétendre à l'éternité, pourquoi vous amusez-vous aux moments ? Ô mon âme, tu es capable de Dieu, malheur à toi si tu te contentes de moins que de Dieu !

11. Seconde considération : de l'excellence des vertus

Ô vie dévote, que vous êtes belle, douce, agréable et souève ! Vous adoucissez les tribulations et rendez souèves les consolations ; sans vous le bien est mal, et les plaisirs, pleins d'inquiétude, troubles et défaillances.

12. Troisième considération : sur l'exemple des Saints

Considérez l'exemple des Saints de toutes sortes : qu'est ce qu'ils n'ont pas fait pour aimer Dieu et être ses dévots ? Ils étaient ce que nous sommes ; ils le faisaient pour le même Dieu, pour les mêmes vertus : pourquoi n'en ferons-nous autant, en notre condition et selon notre vocation, pour notre chère résolution et sainte protestation ?

13. Quatrième considération : de l'amour que Jésus-Christ nous porte

« Ô Seigneur, avant que je fusse, vous me regardiez et m'appeliez par mon nom » (Jr 1, 5)

Ainsi Notre Seigneur, ayant sa bonté grosse et enceinte de vous, prétendant de vous enfanter au salut et vous rendre sa fille, prépara sur l'arbre de la croix tout ce qu'il fallait pour vous. Ce sont tous les moyens, tous les attrait, toutes les grâces avec lesquelles il conduit votre âme et la veut tirer à sa perfection.

Combien devons nous aimer, chérir et bien employer tout cela à notre utilité ! Ceci est bien doux : ce Cœur amiable de mon Dieu pensait en Philothée, l'aimait et lui procurait mille moyens de salut, autant comme s'il n'eût point eu d'autre âme au monde en qui il eût pensé. « Il m'a aimée, et s'est donné pour moi » (Ga 2, 20) Ceci, Philothée, doit être gravé en votre âme, pour bien chérir et nourrir votre résolution, qui a été si précieuse au cœur du Sauveur.

14. Cinquième considération : de l'amour éternel de Dieu envers nous

Considérez l'amour éternel que Dieu vous a porté ; car déjà avant que Notre Seigneur Jésus Christ en tant qu'homme souffrît en croix pour vous, sa divine Majesté vous projetait en sa souveraine bonté et vous aimait extrêmement. Mais quand commença-t-il à vous aimer ? Il commença quand il commença à être Dieu. Et quand commença-t-il à être Dieu ? Jamais, car il l'a toujours été, sans commencement et sans fin.

Il a donc pensé, entre autres choses, à vous faire faire vos résolutions de le servir. Combien nous doivent-elles être chères et précieuses ! Que devrions-nous souffrir plutôt que d'en quitter un seul brin ! même si tout le monde devait périr ; car aussi bien, tout le monde ensemble ne vaut pas une âme, et une âme ne vaut rien sans nos résolutions.

15. Affections générales sur les considérations précédentes et conclusion de l'exercice

O chères résolutions, vous êtes le bel arbre de vie que mon Dieu a planté de sa main au milieu de mon cœur, que mon Sauveur veut arroser de son sang pour le faire fructifier ; plutôt mille morts, que de permettre qu'aucun vent vous arrache. Non, ni la vanité, ni les délices, ni les richesses, ni les tribulations ne m'arracheront mon dessein.

Combien y a-t-il d'âmes qui n'ont point été favorisées de cette façon ! Et comme donc pourrais-je jamais assez m'humilier sous votre miséricorde ?

O belles et saintes résolutions, si je vous conserve, vous me conserverez, si vous vivez en mon âme, mon âme vivra en vous. Soyez et vivez éternellement en moi ; que jamais je ne vous abandonne.

Conclusion de l'exercice

- ❖ Prendre les moyens particuliers requis pour maintenir ces chères résolutions :
 - Fréquence de l'oraison, Sacrements, bonnes œuvres, amendement, retranchement des occasions de chute, suite des avis qui me seront donnés
- ❖ Comme par reprise d'haleine et de force, protester mille fois que je continuerai en mes résolutions
 - Comme ayant mon cœur, mon âme et ma volonté entre mes mains, les dédier, consacrer, sacrifier et immoler à Dieu, protestant de ne les plus reprendre
 - Prier Dieu qu'il me renouvelle toute, qu'il bénisse mon renouvellement de protestation, qu'il le fortifie
 - Invoquer Marie, mon Ange, et autres Saints
- ❖ Se confesser, accuser les fautes principales commises depuis la dernière confession générale
- ❖ Aller unir mon cœur renouvelé à son Principe et Sauveur au Très Saint Sacrement de l'Eucharistie

16. Des ressentiments* (* impressions ressenties) qu'il faut garder après cet exercice

Le jour du renouvellement et suivants, redire de cœur et de bouche, souvent :

« Non, je ne suis plus mienne ; ou que je vive ou que je meure, je suis à mon Sauveur ; je n'ai plus de moi ni de mien : mon moi, c'est Jésus, mon mien, c'est d'être sienne ; ô monde, vous êtes toujours vous-même, et moi j'ai été moi-même, mais dorénavant je ne serai plus moi »

Le monde qui nous a tant trompés sera trompé en nous ; car ne s'apercevant pas de notre changement que petit à petit, il pensera que nous soyons toujours des Esäu, et nous nous trouverons des Jacob.

Nous ôtant de la considération et méditation, **retournons tout doucement** entre les affaires et conversations, de peur que la liqueur de nos résolutions ne s'épanche soudainement, car il faut qu'elle détrempe et pénètre par toutes les parties de l'âme ; **le tout sans effort ni d'esprit ni de corps**.

17. Réponse à deux objections qui peuvent être faites sur cette Introduction

Faites donc hardiment ces exercices selon que je vous les ai marqués, et Dieu vous donnera assez de loisir et de force de faire tout le reste de vos affaires ; oui, quand bien même il devrait arrêter le soleil comme il fit du temps de Josué (*Josué 10, 12-14*). Nous faisons toujours assez quand Dieu travaille avec nous.

Il est vrai que chacun n'a pas le don de l'oraison mentale ; mais il est vrai aussi que presque chacun le peut avoir, même les plus grossiers, pourvu qu'ils aient des bons conducteurs et qu'ils veuillent travailler pour l'acquérir, autant que la chose le mérite.

18. Trois derniers et principaux avis pour cette Introduction

- Refaire la protestation tous les premiers jours du mois, après méditation.

- À tous moments, protester de la vouloir observer.

- Quand je sens quelque détraquement en l'âme, se prosterner en esprit d'humilité et proférer la protestation de tout mon cœur.

- Faire profession ouverte de vouloir être (dévote) une sainte religieuse. Cette franchise de confesser qu'on veut servir Dieu et qu'on s'est consacré à son amour d'une spéciale affection est fort agréable à sa divine Majesté, qui ne veut point que l'on ait honte de lui ni de sa Croix. **Les philosophes se publiaient pour philosophes, afin qu'on les laissât vivre philosophiquement** ; et nous devons nous faire connaître pour désireux de la dévotion, afin qu'on nous laisse vivre dévotement.

Conclusion :

Enfin, très chère Philothée, je vous conjure par tout ce qui est de sacré au Ciel et en la terre, par le Baptême que vous avez reçu, par les mamelles que Jésus-Christ suçà, par le cœur charitable duquel il vous aima et par les entrailles de la miséricorde en laquelle vous espérez, continuez et persévérez en cette bienheureuse entreprise de la vie dévote.

Nos jours s'écoulent, la mort est à la porte. Ma Philothée, regardez le Ciel et ne le quittez pas pour la terre ; regardez l'enfer, ne vous y jetez pas pour les moments ; regardez Jésus-Christ, ne le reniez pas pour le monde ; et quand la peine de la vie dévote vous semblera dure, chantez avec saint François :

« A cause des biens que j'attends, les travaux me sont passe-temps. »

VIVE JÉSUS, auquel, avec le Père et le Saint Esprit, soit honneur et gloire, maintenant et toujours et ès siècles des siècles.

Ainsi soit-il.

L cinquante

C cent

D cinq cent

M mille