

L'oraison
à l'école de
Guillaume-Joseph
Chaminade

Maison Chaminade
Bordeaux - 2007

SYMBOLE DES APOTRES

Je crois en Dieu, le **Père** tout-puissant,
Créateur du ciel et de la terre.

Et en Jésus Christ, son **Fils** unique,
notre Seigneur,
qui a été conçu du Saint-Esprit,
est né de la Vierge Marie,
a souffert sous Ponce Pilate,
a été crucifié, est mort et a été enseveli,
est descendu aux enfers,
le troisième jour est ressuscité des morts,
est monté aux cieux,
est assis à la droite de Dieu le Père tout-puissant,
d'où il viendra juger les vivants et les morts.

Je crois en l'**Esprit Saint**,
à la sainte Eglise catholique,
à la communion des saints,
à la rémission des péchés,
à la résurrection de la chair,
à la vie éternelle. AMEN !

SYMBOLE DE NICEE

Je crois en un seul Dieu, le **Père** tout-puissant,
créateur du ciel et de la terre,
de l'univers visible et invisible.

Je crois en un seul Seigneur, Jésus Christ,
le **Fils** unique de Dieu,
né du Père avant tous les siècles.

Il est Dieu, né de Dieu,

Lumière, née de la lumière,
vrai Dieu né du vrai Dieu.

Engendré, non pas créé,
de même nature que le Père
et par Lui tout a été fait.

Pour nous les hommes et pour notre salut,
il descendit du ciel.

Par l'Esprit Saint, il a pris chair de la Vierge Marie,
et s'est fait homme.

Crucifié pour nous sous Ponce Pilate,
il souffrit sa passion et fut mis au tombeau.

Il ressuscita le troisième jour,
conformément aux Ecritures, et il monta au ciel ;
il est assis à la droite du Père.

Il reviendra dans la gloire,
pour juger les vivants et les morts ;
et son règne n'aura pas de fin.

Je crois en l'**Esprit Saint**,
qui est Seigneur et qui donne la vie ;
il procède du Père et du Fils.

Avec le Père et le Fils,
il reçoit même adoration et même gloire ;
il a parlé par les prophètes.

Je crois en l'Eglise,
une, sainte, catholique et apostolique.

Je reconnais un seul baptême
pour le pardon des péchés.

J'attends la résurrection des morts,
et la vie du monde à venir. **AMEN !**

Ière Partie

P. Quentin HAKENEWERTH SM

La vie en abondance

Original américain :

Fullness of life through prayer

Marianist Press - Dayton 1981

Version française

***Maison Chaminade* Bordeaux 2007**

Nota : Les références à la Bible au bas de chaque chapitre de cette première partie veulent davantage inviter à prolonger la réflexion et la méditation à l'aide de la Parole de Dieu qu'indiquer de manière précise le passage biblique auquel il est fait allusion. Dans le texte, les renvois entre parenthèses font souvent un lien entre tel passage et la Bible, plutôt que telle phrase ou mot précis.

PRÉFACE

"Moi je suis venu pour que les hommes aient la vie et qu'ils l'aient en abondance" (Jn 10,10).

Cette vie de Jésus, nous la désirons ardemment et nous la recherchons comme un trésor.

La prière, et plus particulièrement l'oraison, est le moyen pour nous d'entrer dans la vie en plénitude.

Encore faut-il la faire bien, cette oraison ! La qualité de notre prière est plus importante que la quantité, la durée. Pour apprendre à bien faire oraison nous avons intérêt à nous mettre à l'école de maîtres de prière.

Parmi eux nous connaissons le P.CHAMINADE, fondateur de la Famille marianiste (religieuses, religieux, laïcs consacrés, laïcs engagés). Il a consacré beaucoup de temps et d'énergie à enseigner l'art de l'oraison à ses disciples. Il nous enseigne les principes de base d'une méthode d'oraison valable pour tous.

Les enseignements spirituels qui suivent sont destinés à nourrir directement la prière et l'oraison, voilà pourquoi ils sont accompagnés de nombreuses références à la Bible.

Enseignement et prière, méditation, doivent aller de pair.

En accueillant les enseignements de ce fascicule, écoutez le Seigneur et Marie sa Mère parler à votre cœur. Laissez-vous introduire par eux dans la vie, dans *la vie en abondance* promise par Jésus !

P. Quentin HAKENEWERTH SM

1. VERITE FONDAMENTALE POUR NOTRE VIE

Dieu nous a créés de rien et il nous maintient toujours dans l'existence (1) : telle est la vérité première de notre vie et la plus fondamentale de notre relation avec Dieu. Nous ne pensons pas toujours à cela, bien sûr, et souvent nous en restons au niveau plus superficiel de nos besoins immédiats : manger, dormir, travailler, gagner notre pain, nous amuser, rencontrer nos amis... Cependant, au plus profond de notre être il y a ce 'cœur', ce centre où nous sommes en communion avec Dieu notre Créateur et notre Père (2). Cette relation profonde avec Dieu est vitale pour nous : constamment l'amour créateur de Dieu nous fait être, il est notre source de vie, de force, d'énergie spirituelle. C'est au niveau de ce 'cœur' également que nous le rejoignons quand nous cherchons et accomplissons sa volonté.

La Bible désigne précisément par le mot 'cœur' ce centre profond de notre personnalité humaine et spirituelle (3). Saint Paul qualifie de '*spirituelle*' la vie au niveau profond du cœur pour la distinguer des niveaux *psychique* et *corporel*, des sentiments et des sensations. Nous sommes appelés à mener une intense vie spirituelle, au niveau du 'cœur' mais au fil de notre existence nous laissons souvent les sensations, les idées, les imaginations, les

sentiments, les projets de toutes sortes comme enfouir le 'cœur' (4). Nous vivons alors à des niveaux plus superficiels. Dieu lui qui nous a créés et qui veille sur nous continue pourtant à nous appeler à communier avec Lui au niveau de notre cœur.

1. *Ps 33, 6-9 : « Par la Parole du Seigneur les cieux ont été faits... »*

Jn 1, 2-4 : "Par (le Verbe) tout a été fait. »

Ap. 4, 11 : « Seigneur, c'est toi qui créas l'univers. »

2. *Ps 139, 1-8 : « Seigneur, tu me sondes et me connais... »*

Jn 15, 4-7 : La vigne et les sarments

Jn 17, 21-26 : Etre un dans le Seigneur.

3. *Jr 24, 7 : Changer de cœur.*

Ez 11, 19 ; 18,31 ; 36, 26 : Un cœur nouveau

I Th 5, 23 : Corps ; psychisme, esprit

4. *Os 2, 26: Le Seigneur nous convoque au désert de nos cœurs pour nous parler.*

2. LE DON DE LA VIE

En nous créant, Dieu nous a fait don de la vie (1), source intérieure de tout ce que nous sommes et de tout ce que nous faisons.

Cette vie se manifeste et s'exerce à travers trois grands besoins : elle nous pousse à rechercher le **plaisir**, à nous sentir bien comme nous sommes ; elle nous pousse à **grandir**, à vouloir être plus et mieux ; elle nous pousse à **nous donner** aux autres (2). Nous éprouvons donc le désir de nous aimer nous-mêmes, de nous dépasser et de faire le bien. Si ces besoins - de jouir de la vie, de grandir et de donner - disparaissent, nous sombrons dans l'ennui, la mélancolie, l'indifférence (3). La vie s'éteint en nous. Nous avons perdu le contact avec la source de vie qui se trouve au plus profond de notre être.

Notre premier objectif est donc de vivre. Que nous vivions, tel est aussi le désir le plus profond de Dieu à notre égard. Dieu veut "*que nous ayons la vie et que nous l'ayons en abondance*" (4). De notre côté nous devons *choisir la vie*, rechercher tout ce qui la fait grandir et écarter tous les obstacles à son épanouissement.

1. Jn 1,4 : « En lui était la vie. »

2. Ps. 139, 13-18 : *Nous avons été créés de façon merveilleuse !*

3. *Rm 8, 6-11 : « Le désir de la chair, c'est la mort ! »*
4. *Jn 10,10 : Jésus est venu pour nous donner la vie en abondance.*
Dt 30, 15-20 : « Je te propose la vie ou la mort... Choisis la vie ! »

3. A L'IMAGE DE DIEU

Puisque Dieu qui nous a créés à son image (1), les besoins profonds dont nous venons de parler – jouir de la vie, grandir, donner - ne sont pas en nous l'effet du hasard ni du désordre mais correspondent à notre nature ; par nature nous sommes destinés à devenir semblables à Dieu et à faire un avec Lui (2).

On peut prendre en main n'importe quelle semence et réfléchir à ce qu'elle représente. Elle porte en elle un 'programme' génétique qui détermine la croissance et la fécondité de cette graine. On ne peut pas espérer en faire sortir n'importe quelle plante ni n'importe quel fruit. Il faut nécessairement respecter son 'programme', l'image selon laquelle elle a été créée.

Un noyau d'avocat contient l'image de l'avocatier. Il porte, inscrite en lui, la tendance à croître de telle sorte qu' il devienne un avocatier.

La cellule d'un être humain est à l'image de celui qui l'a engendré et elle tend à se développer de telle sorte que le nouvel être ressemble à celui qui l'a engendré.

Or nous sommes faits à l'image de Dieu. La tendance à devenir comme Dieu est donc inscrite dans le noyau de notre personne de créature humaine. Si nous orientons le développement de notre être dans une autre

direction, vers un autre modèle, nous faisons violence à notre vrai moi et nous risquons même de nous détruire.

La tendance vers une maturité personnelle qui soit à l' image de Dieu, vers un amour, un service des autres qui imite Dieu, est inscrite au plus profond de notre personne. Nous n'atteignons la plénitude de notre vie, notre achèvement, notre perfection, notre bonheur véritable, qu'en suivant le triple appel qui est inscrit en nous (3) : 1. l'envie profonde d'être ce que nous sommes par nature, **nous aimer** nous-mêmes ; 2. **grandir** en développant cet être que nous avons reçu de la nature ; 3. nous ouvrir aux autres par le **don de nous-mêmes** ; tout cela conformément à l'image de Dieu inscrite dans notre être.

1. Gn 1,27 « A son image il le créa. »

2. I Jn 3, 2 : « Nous serons semblables à Lui. »

3. Mt 5, 45-48 : Agir comme le Père et devenir comme Lui.

4. UNE ŒUVRE A LA FOIS DE DIEU ET DE NOUS

Arriver à la perfection de la vie et du don de soi est toujours une œuvre à la fois de Dieu et de nous-mêmes. Dieu se rend présent à nous mais nous devons, de notre côté, l'accueillir dans notre cœur. Dieu nous enrichit de dons – talents (1), charismes - mais nous devons les exercer. Dieu nous attire, mais nous devons aussi orienter vers Lui, librement et consciemment, tous les niveaux de notre personne (2).

Dieu nous a créés sans demander notre avis, certes, mais maintenant que nous avons reçu la liberté de choisir, Dieu ne peut pas nous sauver malgré nous, sans notre libre consentement (3). Pour vivre en plénitude nous devons le vouloir. Dieu, dans son amour pour nous, respecte notre liberté et l'orientation que nous donnons à notre vie. Il ne nous unit à Lui que dans la mesure où nous décidons nous-mêmes de nous unir à Lui librement.

Quand il nous attire et nous accorde ses dons, Dieu le fait en respectant l'image selon laquelle il nous a créés (4). Comme c'est sa propre image, chaque fois qu'il se rend présent à nous il nous rend un peu plus semblables à Lui (5).

En même temps, plus nous connaissons Dieu, plus souvent nous le choisissons, plus souvent

nous servons les autres en son nom, plus profondément aussi nous réalisons notre moi véritable et le perfectionnons.

1. Mt 25, 14-30 : parabole des talents.

2. Lc 12, 22-32 : La Providence divine.

Sirac 15, 14-17 : Dieu respecte notre liberté.

3. Lc 10, 11 : Envoi des soixante douze disciples.

4. Col 1, 15-20 : Jésus est l'image du Dieu invisible.

5. Rm 8, 28-30 : « Avec ceux qu'il aime, Dieu collabore en tout pour leur bien. »

5. DIEU DESIRE TOUJOURS NOUS RENDRE HEUREUX

Physiquement nous grandissons petit à petit ; spirituellement aussi : en Jésus-Christ, nous avons déjà commencé sur terre ce qui ne s'accomplira parfaitement que dans le ciel (1). D'ici là, nous devons parcourir de nombreuses étapes dans la connaissance, l'amour, l'obéissance à Dieu, l'accueil de ses desseins sur nous. Même si nous sommes déjà très avancés, nous avons toujours un nouveau seuil à franchir (2) vers une vie encore plus parfaite et plus comblante.

A chacune de nos étapes, Dieu est prêt à nous accueillir, à nous écouter, à se faire connaître davantage à nous et à nous combler de ses dons. Où que nous en soyons, il est prêt à nous accorder une grâce dont nous avons besoin à ce moment là (3).

Mais il faut aussi que, de notre côté, si nous voulons faire une oraison fructueuse, nous laissions de côté les préoccupations des autres niveaux de notre existence pour entrer dans le silence de notre 'cœur', où Dieu désire nous rencontrer (4). Dieu est vraiment avec nous et il communique avec nous au plus intime de notre être. Il y a là un trésor enfoui qui nous attend...

1. Lc 17, 20-21 : « Le Royaume de Dieu est au milieu de vous ! »

2. *Phil 3, 12-1-* : « *Je poursuis ma course... »*
3. *Mt 7, 7-8* : « *Demandez, cherchez, frappez... »*
4. *Jn 14, 20.23 ; 15,7* : *Dieu demeure en nous...*

6. LA FOI

Notre vie est à l'image de Dieu. Elle trouve en Lui sa source et son accomplissement. Dieu lui-même se rend proche de nous de trois manières au moins : 1. par une parole objective, comme un passage de l'Écriture(1) ou un enseignement de l'Église ; 2. par les 'mystères' du Christ, ces étapes de son existence qui donnent une forme ou une consistance humaine à la réalité divine elle-même ; 3. par des paroles intérieures ou par des dons du Saint-Esprit, des charismes.

La foi est l'acte par lequel nous saisissons les vérités de l'Écriture, nous pénétrons les mystères du Christ et accueillons les dons de l'Esprit de telle sorte que tout cela devienne pour nous des convictions personnelles, des lumières intérieures, des élans spirituels (2). Ainsi nous entrons consciemment en relation avec Dieu par un acte de foi et par là nous reconnaissons que Dieu communique avec nous et nous introduit dans ses voies. Par la foi nous pouvons à tout moment nous ouvrir à l'amour de Dieu.

Vue du côté de Dieu, la foi est un don. Déjà nous portons, inscrit au fond de notre cœur, un désir profond de communion avec Dieu. Par nous-mêmes nous ne pouvons pas, d'en bas, réaliser cette union avec Dieu mais lui-même la rend possible (3).

Vue de notre côté, la foi est un acte d'accueil de Dieu qui se rend présent à nous. C'est une mise en oeuvre du don reçu de Lui.

La foi est le moyen essentiel, premier, par lequel nous arrivons à connaître Dieu, tel qu'il est en Lui-même et tel qu'il est présent en nous et dans la création, son oeuvre. Ce n'est pas par un face à face mais nous Le connaissons à travers des concepts, des images, des sentiments, des intuitions... La foi remplace les signes et les preuves que nous avons peut-être envie d'exiger pour satisfaire nos sens et notre raison et saisir Dieu à travers eux (4). La foi ancre plus solidement nos convictions et notre amour que des preuves rationnelles ou sensibles.

La foi est aussi infaillible que la vision directe, bien qu'elle ne touche pas aussi vivement nos sens. Elle nous touche néanmoins assez profondément pour nous entraîner tout entiers à la louange, au zèle, au service. Dans la foi notre conviction vient davantage d'une saisie intuitive de la vérité (5) qu'elle ne découle d'un raisonnement fondé sur des données objectives.

Croire en la présence de Dieu sans exiger de signes sensibles, cela nous fortifie davantage dans la vie spirituelle qu'une foi basée sur des manifestations extérieures de Dieu.

La foi consiste en une conviction profonde que des réalités spirituelles qu'on ne voit pas existent vraiment (6). C'est notre âme qui

s'attache à Dieu au plus intime d'elle-même. Croire en Jésus, c'est l'accueillir dans notre cœur. Cette foi du cœur nous 'justifie', nous sanctifie, parce que Jésus se donne à ceux qui le reçoivent avec foi.

La foi agit bien au-delà des limites de notre raison, de notre esprit. Elle influence nos sentiments et notre volonté. Par la foi nous apprenons à mieux connaître Dieu et à mieux nous connaître nous-mêmes, à rechercher notre propre perfection et à nous mettre au service des autres.

1. *Mt 1, 15* : « Repentez-vous et croyez.. ! »
2. *I Jn 2, 20.27* : « Nous sommes oints et instruits par l'Esprit.
3. *Jn 6, 44* : « Nul ne peut venir à moi si mon Père ne l'attire. »
4. *I Co 13,12* : « A présent, je connais d'une manière partielle... »
5. *Jn 20, 29* : Croire sans voir...
6. *Hb 11, 1ss* : La foi qui justifie ; exemple des ancêtres...

7. L'Oraison de foi

L'oraison est un moment privilégié où Dieu comble de sa grâce ceux qu'il aime et qui se livrent à son amour. Dans l'oraison nous sommes plus efficacement modelés à l'image de Dieu et nous progressons vers le but ultime de notre vie. Le temps de la prière et de l'oraison est donc le plus précieux de notre existence (1).

L'oraison est une rencontre consciente, librement voulue, avec Dieu. Dans l'oraison de foi nous allons à la rencontre de Dieu poussés seulement par la foi. Devant Lui, nous ne recherchons pas d'autre connaissance que celle que donne la foi et nous trouvons dans la foi elle-même notre motivation profonde. Nous n'obéissons pas aux désirs de nos sens ni aux impulsions de nos sentiments mais, par-dessus tout, au mouvement de notre foi. Nous cherchons à saisir Dieu seul, au fond de notre cœur, en essayant d'écarter tout le reste pour que la présence de Dieu pénètre notre être tout entier (2). Ainsi l'oraison est essentiellement un exercice de notre foi. Nous y donnons toute notre attention à la présence de Dieu, aux vérités qui concernent Dieu, aux mystères de son être et de sa vie, à la richesse et à la signification de ses dons, de ses grâces.

Prier avec foi c'est croire que tout ce que nous demandons à Dieu dans la prière, Il est

déjà en train de nous l'accorder. Habituellement Dieu exauce nos demandes d'une manière délicate et imperceptible, progressive (3). Mais en tous cas, dès que nous nous mettons à prier, Dieu l'entend et nous répond, même si nous ne percevons pas clairement comment. C'est comme le prophète Elie : il a cru que la pluie viendrait alors qu'il ne voyait encore qu'un tout petit nuage.

Pendant tout le temps de l'oraison, nous gardons notre attention fixée sur Dieu, non pour devenir plus savants sur ce qui le concerne mais pour pénétrer peu à peu dans ses vues, pour avancer dans ses voies...

Nous ne cherchons pas seulement à comprendre mais nous voulons que la Parole de Dieu, que ses mystères, demeurent en nous et deviennent la source de nos pensées, de nos paroles, de nos actions et de nos engagements (4). L'oraison n'est pas un temps d'étude où l'on cherche à résoudre des problèmes, à arrêter des stratégies apostoliques, mais un temps que l'on passe avec Dieu, pour lui tenir compagnie, pour le connaître avec le cœur aimant, pour le louer et le remercier. Nous cherchons le face à face avec Dieu pour être transformés par Lui à sa ressemblance, pour mieux découvrir et pour perfectionner son image inscrite au profond de notre être de créatures, de notre être filial.

Il y a bien des manières de s'occuper de ses propres affaires au nom de Dieu mais qui n'ont pas vraiment grand-chose à voir avec l'oraison, telle que nous l'avons définie plus haut.

« *Deux hommes montèrent au Temple pour prier...* » Les deux "priaient"... (5) Mais l'un des deux, tout en se tenant devant Dieu, n'était occupé que de lui-même. L'autre, au contraire, était entièrement exposé au Dieu de miséricorde, tendu vers Lui. *C'est ce dernier qui rentra chez lui transformé* par sa prière. Le premier, non !

L'oraison de foi doit nous transformer à la manière du publicain, par une totale ouverture à Dieu. Elle doit nous détourner de nous-mêmes et nous tourner entièrement vers Dieu.

1. *Lc 10, 41-42 ! Marthe et Marie...*
2. *Dt 30, 16 : « Si tu aimes Yahvé ton Dieu .. il te bénira... »*
3. *Mc 11, 22-24/ « tout ce que vous demanderez en priant, croyez que vous l'avez déjà reçu et cela vous sera accordé ».*
I R 18, 41-46 : Elie croit sa prière pour la pluie exaucée avant d'en voir aucun signe...
4. *Ep 4, 23-24 : « .. revêtir l'homme nouveau... selon Dieu. »*
5. *Lc 18, 9-14 Le pharisien et le publicain*

8. LA PURETE DU CŒUR : DISPOSITION FONDAMENTALE POUR UNE BONNE ORAISON

"Heureux les cœurs purs, ils verront Dieu!", dit Jésus (Mt 5,8) (1). Notre cœur est pur quand rien n'y fait obstacle à l'action de l'Esprit Saint qui habite en nous, quand nos sens et nos sentiments ne nous attachent pas trop fortement à des créatures qui détournent notre regard et notre attention de Dieu. Un cœur pur est un cœur serein et libre, un cœur qui ne se laisse pas troubler par les réalités créées ou par les événements du monde parce que ses désirs et ses sentiments sont libres à l'égard de tout cela. Ce cœur (2) est donc disponible pour voir, contempler Dieu, pour s'unir à Lui et demeurer en Lui.

Nous gardons notre cœur pur si, à tout moment, nous entretenons en nous des dispositions favorables à la prière. Il s'agit d'être comme les serviteurs qui attendent le retour du Maître, à toute heure du jour ou de la nuit. Pour être ouverts à la grâce de Dieu, pour être réceptifs, nous devons nous détacher de nous-mêmes et des créatures. Si notre cœur est 'pris' (3) par un attachement profond à une personne ou à une chose, nous écartons facilement les suggestions de l'Esprit Saint. Un cœur pur est un cœur libéré des résistances à

l'amour de Dieu (4). Alors seulement nous échappons à cette contradiction fréquente : d'un côté on prie pour demander une grâce et de l'autre, en même temps, on rejette la grâce qu'on a demandée, on l'empêche de pénétrer en nous.

Si nous avons l'habitude de pratiquer le silence intérieur et le recueillement nous nous sentons suffisamment calmes, tranquilles, pour percevoir le *souffle léger* qui signale la présence de Dieu et de son Esprit (5). Si entre deux temps d'oraison nous pratiquons les vertus chrétiennes, c'est aussi une façon de nous disposer à bien prier et à entretenir en nous le sens de la présence de Dieu et à Dieu. Le silence intérieur – silence de l'imagination et de l'esprit - nous met dans les dispositions de Jésus lui-même, toujours prêt à converser avec son Père, à prier.

1. cf. Ex 33, 18-23 : *Qui peut voir Dieu et vivre ?*
2. Ps 24, 3-4 : « *Qui se tiendra dans le lieu saint ?...* »
3. Mt 6, 24 : « *Nul ne peut servir deux maîtres...* »
4. Lc 9, 23 : « *Renoncer à soi-même, prendre sa croix...*
5. Ps 46, 11 : « *Arrêtez ! Sachez que je suis Dieu !* »

9. LE 'VIEIL HOMME' EN NOUS RESISTE

La pureté de cœur ne s'acquiert pas si facilement parce qu'il y a toujours en nous deux sortes de tendances opposées : l'une vient du 'moi' que nous nous sommes forgé. Comme nous avons la possibilité de choisir qui nous voulons vraiment être, nous pouvons soit nous conformer à l'image inscrite dans notre être créé, soit nous faire une personnalité différente, suivant un modèle de notre choix... (1)

Si nous avons choisi de modeler notre personne sur l'image de Dieu, nous disposons évidemment notre cœur à accueillir Dieu. Si par contre nous avons choisi un autre modèle, notre cœur deviendra un temple d'idoles ...

Notre 'ego' consiste dans cette capacité que nous avons d'ordonner tout ce que nous sommes dans le sens de notre moi, de la personnalité que nous voulons être.

Nos désirs sensuels veulent être satisfaits et nous poussent à rechercher ce qui renforce notre moi égoïcentrique. Ce qui satisfait ces désirs c'est ce que nous propose le 'monde' (2), au sens que saint Jean donne à ce mot. Si nous cédon à l'orgueil, à la gourmandise, à la recherche des plaisirs sensuels, nous étouffons les désirs qui émanent de l'image de Dieu qui est en nous et

nous occultons cette image sous une carapace, derrière une fausse façade, derrière un masque...

Une fois que nous avons ainsi créé une nouvelle et fausse image de nous-mêmes, nous devons aussi l'entretenir, la renforcer. Dieu, Lui, ne maintient dans l'être que ce qu'Il a lui-même créé. Quant à nous, nous gaspillons beaucoup d'énergie vitale à cultiver la personnalité que nous nous sommes nous-mêmes forgée (3). Cela devient facilement notre préoccupation dominante.

La valeur que nous avons choisi de mettre au centre de notre vie, nous nous efforçons de la faire admettre et reconnaître par les autres. L'opinion des autres compte énormément pour nous, même si elle est fausse ou trompeuse. Nous cherchons facilement à répondre à leurs attentes pour être confortés dans notre propre moi. Même le bien que nous faisons aux autres nous pouvons le récupérer pour renforcer la bonne opinion que nous avons de nous-mêmes.

Peut-être qu'au fond nous sentons bien que nous construisons sur le sable (4) mais nous continuons à faire semblant que c'est ce que nous pouvons faire de meilleur. A partir de ce 'péché originel' qui consiste à vouloir construire notre personnalité sur un modèle que nous nous sommes nous-mêmes fabriqué, nous nous enfonçons peu à peu dans une manière de vivre

idolâtrique, qui s'écarte de l'image inscrite en nous par notre Créateur.

Ainsi donc notre aspiration vers une vie pleine, une aspiration qui est inscrite dans notre être créé à l'image de Dieu, rencontre continuellement des obstacles en nous. Malheureusement nous nous laissons tous aller plus ou moins à résister à Dieu. Et pourquoi donc ? Que se passe-t-il en nous ?

Chaque fois que nous ressentons au fond de nous l'appel à chercher en Dieu la plénitude de la vie, nous touchons du doigt notre identité foncière de créatures et nous sentons que Dieu est la source première de notre être. Qu'est-ce que cela signifie dans notre expérience ?

- Que nous faisons l'expérience de nos limites. Nous nous rendons compte que nous ne sommes pas tout à fait maîtres de nous-mêmes, mais des êtres '*contingents*' (5). Il peut nous arriver de perdre tout ce que nous possédions : la santé, notre bon sens, notre fortune, notre travail : tout ! Ce sentiment de notre contingence est désagréable, aussi avons-nous tendance à le chasser cherchant des sécurités de tous côtés. Nous nous lançons dans les carrières, la course à la richesse, la prospective pour maîtriser au mieux l'avenir (6).

Contingents, nous nous sentons aussi *limités*. Il y a des choses que nous voudrions être ou faire et qui nous échappent. Il y a des réalités qui

nous dépassent et qui peuvent nous ‘tomber dessus’ et nous écraser. Il nous arrive d’être blessés... Ce sentiment de nos limites non plus ne nous est pas agréable. Pour y échapper nous nous efforçons de contrôler au maximum personnes et choses.

Limités, nous nous sentons encore *dépendants*. Nous nous rendons compte que beaucoup de choses dont nous avons besoin nous viennent des autres. Ce qui nous arrive est souvent le fruit de leurs décisions. Cette dépendance ne nous plaît pas toujours très fort. Alors nous cherchons à nous suffire le plus possible à nous-mêmes, en tâchant d’acquérir le maximum de richesses (7). Des autres, nous avons tendance à faire des éléments de notre dispositif de sécurité et d’assurance. Nous nous servons d’eux pour réaliser notre projet personnel, plus que nous n’osons l’avouer.

Dépendants, nous nous sentons également *en mutation*. Nous mourons en quelque sorte à ce que nous sommes déjà devenus (8) et nous évoluons vers quelque chose de nouveau. Quand le sentiment de mourir et de devoir renoncer se fait sentir trop fort, nous nous sentons mal à l’aise. Nous avons tendance à réagir alors contre cette souffrance et cette perte en recherchant d’autant plus les plaisirs. Nous nous raidissons contre l’expérience de la croix et nous fuyons dans les évasions que nous offre la culture de notre temps.

Notre péché originel, qui consiste à vouloir nous créer nous-mêmes, à dessiner l'image de notre moi idéal avec ses passions et ses tendances, devient peu à peu comme une culture personnelle. Nous voilà donc pris comme une mouche dans la toile tissée par notre faux moi et en danger d'autodestruction.

Qui nous sauvera de ce péché et de ses désastreuses conséquences ? qui nous libérera du vieil homme ?

1. *Rm 7, 14-25 : La lutte intérieure*
2. *I Jn 2, 16 : Ce qui vient du monde...*
3. *Mt 6, 1-6 : Sur la recherche du paraître aux yeux des hommes...*
4. *Mt 7, 24-27 : Construire sur le roc ou sur le sable...*
5. *Ps 2 : Le vain tumulte des nations*
6. *Lc 22, 24-27 : Qui est le plus grand ?*
7. *Lc 12, 16-21 : Construire des greniers plus grands ?*
8. *Jn 12, 24-25 : « Si le grain ne meurt... »*

10. L'HOMME NOUVEAU APPARAÎT...

Au plus profond de nous, comme un socle rocheux qui supportant les idées, les imaginations, les intentions, les sentiments... du vieil homme en nous, il y a l'image d'après laquelle nous avons été créés. Elle maintient en nous le désir de devenir pleinement nous-mêmes, à la ressemblance de Dieu. Les désirs de notre être authentique s'opposent évidemment à ceux de notre faux moi (1). Nous leur prêtons trop peu d'attention et pourtant ces désirs nous orientent dans le sens d'une vie en plénitude pour nous. De même que le monde sert de support et d'aimant pour le vieil homme qui est en nous, de même Dieu habite en nous pour nous aider à faire grandir en nous l'homme nouveau (2).

Au baptême l'Esprit Saint vient habiter en nous et il met en nous les sentiments et les pensées, les aspirations de Jésus-Christ (3). La vie nouvelle de l'Esprit de Jésus nous fait grandir dans les dispositions de Jésus. Par l'Esprit nous vivons déjà unis à Dieu, lui dont l'image est notre modèle intérieur de croissance et d'amour.

Cette vie nouvelle provoque en nous une lutte entre l'image de Dieu et l'image que nous avons fabriquée nous-mêmes (4), entre le *vieil*

homme et l'homme nouveau, entre notre moi authentique et notre moi inauthentique...

Saint Paul parle de lutte entre la chair et l'esprit. La "chair" recherche les réalités d'en bas, du monde - orgueil, richesses, plaisirs... (5) L'"esprit" en nous est poussé par l'Esprit Saint vers l'humilité, la simplicité, la croix. Il y a antagonisme entre les désirs de la chair et ceux de l'esprit.

1. *Lc 5, 36-39 : « A vin nouveau, outres neuves ! »*
2. *Rm 8, 5-11.14-17 : La vie nouvelle dans l'Esprit*
3. *Ga, 5, 18 : Conduits par l'Esprit...*
4. *Rm 7, 15-20 : division à l'intérieur de nous...*
5. *Ga 5, 17-26 : Les tendances opposées de la chair et de l'esprit.*

11. JESUS, TYPE DE L'HOMME NOUVEAU

"Qui me délivrera de ce corps qui me voue à la mort?" (1) Jésus est venu partager notre sort pour nous libérer du vieil homme qui est en nous, avec ses agissements et tous les ennuis qui en découlent. Mais cette libération ne s'opère pas en-dehors de nous. Jésus a assumé toutes les expériences qui font partie de la condition humaine (2), avec ce qu'elle a de lourd et de pénible et il a dépassé tout cela par amour, il en est venu à bout par sa patience. Jésus vient maintenant demeurer en nous et nous combler de ses dons, de sa vie surabondante, pour que nous suivions le chemin qu'il nous a tracé, que nous triomphions du mal et que nous nous ouvrons à la vie en plénitude. Ce n'est qu'en suivant ce chemin de foi que nous serons libérés, par le Christ, du vieil homme en nous. Malheureusement nous sentons en nous une résistance profonde et tenace.

Sans l'effusion de l'Esprit Saint dans notre cœur, nous n'arrivons pas à désirer ni à goûter les humiliations, la vraie pauvreté, les souffrances que le Christ a endurées, et pourtant nous savons que cela est nécessaire si nous voulons résister au péché et le vaincre. L'Esprit nous est déjà donné au baptême et dès ce premier pas dans la vie chrétienne il agit en nous et il inscrit en nous les désirs, les sentiments, les

tendances du Christ Jésus (3). A certaines heures de grâce, nous pouvons faire l'expérience dans notre vie d'une nouvelle effusion de l'Esprit répandu dans nos cœurs.

Nous voici donc face au choix le plus fondamental de notre vie. D'une part l'Esprit de Jésus nous attire vers Lui, nous pousse à chercher sa ressemblance, par l'humilité, la pauvreté, la souffrance acceptée, et à trouver ainsi la vie en plénitude qu'Il donne.

D'autre part il y a le moi, la personnalité que nous nous sommes forgée et qui nous pousse à rechercher les honneurs, les richesses, les plaisirs ; ce moi cherche à se renforcer par toutes sortes de ruses, pour prendre toute la place en nous.

De fait, nous choisissons toujours l'une ou l'autre de ces deux directions à donner à la vie. Au terme nous recueillons les fruits caractéristiques de chaque voie, de chaque manière de vivre (4).

1. *Rm 7, 24*

2. *Rm 8, 1-4 : Jésus s'est fait péché pour nous.*

3. *I Jn 2,20 ; 27-29 : L'onction de l'esprit et ses effets*

4. *Ga 5, 19-23 : Les fruits de la chair et les fruits de l'Esprit...*

12. UN CŒUR COMME LE CŒUR DE JESUS

Le cœur pur ne se trouve que dans l'"homme nouveau" (1). Ce cœur pur, neuf, est celui qui s'est tellement laissé habiter par les dispositions de Jésus qu'elles façonnent l'esprit en son centre le plus profond et déterminent ses options.

Un cœur formé par l'Esprit de Jésus ne se laisse pas aller à flatter le vieil homme, à céder à des envies comme la gourmandise, la jalousie, la rivalité, la vengeance, le repli sur soi pour se plaindre ou se justifier, etc.

Il cherche plutôt à aller courageusement dans le sens des appels de l'Esprit à l'amour, à la paix, à la patience, à l'oubli de soi, au pardon, à la générosité, à l'humilité, à l'esprit de pauvreté et de partage et à d'autres vertus de ce genre... Plus nous cultivons ces dispositions-là, plus nous serons disposés à communier à Dieu à tout moment, à marcher en sa présence, à développer en nous le sens de sa présence.

La pureté du cœur n'est donc pas d'abord un effort ascétique rude et sec mais c'est une disposition qui fait naître et se développer la vie en nous. C'est un climat intérieur qui permet à la présence de Dieu de nous stimuler, de nous pousser intérieurement (2).

Il est impossible que nous passions toute la journée à faire oraison, à prier explicitement et

exclusivement. Par contre nous pouvons arriver à faire le pont d'une oraison à l'autre par un travail spirituel continu de purification de notre cœur. Après un temps d'oraison nous goûtons encore la joie qu'il nous a procurée. Nous vivons sur la lancée de son élan, nous en recueillons les fruits, qui nous nourrissent jusqu'à l'oraison suivante.

Voici quelques directives qui peuvent nous aider à continuer le travail de la purification du cœur d'une oraison à l'autre.

- Eviter autant que possible tout ce qui serait une offense contre Dieu. S'ils nous arrive tout de même de L'offenser, le regretter rapidement et exprimer ce repentir.
- Ne pas laisser aller notre cœur au gré de tendances qui n'obéissent pas à notre volonté libre et consciente ; tâcher de rester libres à l'égard de toutes les créatures, de toutes les réalités de ce monde...
- Eviter la hâte, la précipitation, la frivolité et le souci excessif de nos occupations propres. Tout cela fait obstacle à notre effort d'obéir dans notre vie aux préoccupations qui furent celles de Jésus.
- Redire souvent, explicitement, notre désir d'embrasser en tout la volonté de Dieu.

-Dans toutes nos activités, prendre conscience que le Saint-Esprit nous aide de l'intérieur et collaborer avec Lui. Ne rien faire comme si nous étions tout seuls.

Puisque l'amour de Dieu nous étreint tout entiers, nous tâchons de chasser de notre cœur toute idée qui s'opposerait à la volonté de Dieu et tout attachement qui n'irait pas dans le sens de son amour. Nous abandonnons à Dieu nos projets, nos réflexions, nos souvenirs... (3) Nous renonçons à compter avant tout sur notre propre raison à nous fier à nos propres intuitions et à notre propre compréhension des choses. Tout cela, nous le soumettons à Dieu et nous demandons à l'Esprit Saint de nous inspirer et de nous guider. Peu à peu nous apprenons à obéir davantage aux motions de l'Esprit qu'à nos tendances naturelles.

Voilà ce que signifie acquérir un cœur semblable au cœur de Jésus.

1. *II Co, 5,17 : « Nous sommes une création nouvelle dans le Christ ».*
2. *Jn 7, 37-39 : « De son sein couleront des fleuves d'eau vive ! »*
3. *I Pe 1, 13-15 : L'obéissance du Christ...*

13. LE CHOIX DES SUJETS D'ORAISON

L'oraison est le moment où nous rencontrons Dieu de la façon la plus consciente. Il faut donc que nous considérions ce temps comme précieux entre tous. Pour nous y préparer au mieux, il s'agit notamment de bien préparer à l'avance le sujet de notre oraison, la veille au soir pour le lendemain ou le matin pour l'oraison du soir. Dès qu'il est choisi, le sujet - une parole, une vérité, un mystère - commencera à agir sur notre esprit et notre cœur.

On peut distinguer, en gros, trois types de sujets d'oraison : 1. une Parole d'Écriture (ex: le Psaume 23), 2. une vérité de foi (ex. : Dieu m'a créé et me maintient dans l'être) ; 3. un moment, un mystère de la vie de Jésus (ex : Jésus meurt sur la croix...)

Parfois nos nécessités du moment nous poussent à choisir d'autres sujets. Si, par exemple, nous éprouvons un manque de ferveur à l'Eucharistie ou un manque de goût pour le sacrement de Réconciliation, nous pouvons méditer sur ces sacrements et les reconsidérer à la lumière de la foi.

Nous choisissons notre sujet d'oraison en fonction de nos besoins spirituels, de nos inclinations intérieures ou de la grâce que nous espérons obtenir de l'oraison. Par exemple, si

nous voulons renforcer une conviction en nous ou approfondir notre foi, nous choisirons une parole de l'Écriture (1) ou un enseignement de l'Église appropriés. Si nous désirons par contre changer ou acquérir une attitude en nous, nous choisirons de préférence pour l'oraison tel mystère, tel événement de la vie du Christ ou de Marie où nous voyons que cette attitude est vécue. Si nous avons reçu un don de l'Esprit, nous pouvons 'savourer' ce don pendant l'oraison, l'apprécier, voir comment le faire fructifier...

Nous choisissons donc le sujet de l'oraison qui peut le mieux nous faire acquérir le fruit escompté. Ce sujet et la grâce que nous en attendons, nous les fixons dans notre esprit de telle sorte que nous puissions facilement nous les rappeler à tout moment de la journée ou de la nuit... Ce sujet est comme un trésor enfoui dans notre mémoire jusqu'à l'oraison suivante.

1. *Mt 7, 7-8* : « *Demandez... cherchez... frappez...* »

14. L'ENTREE DANS L'Oraison

L'entrée dans l'oraison comporte quatre pas essentiels :

a) Prendre **conscience de la présence de Dieu** et se mettre en sa présence. Dieu nous est toujours présent, prêt à entrer en relation avec nous (1). Mais de notre côté nous ne sommes pas toujours présents à Dieu. Au début de l'oraison nous nous mettons donc consciemment en présence de Dieu, en pensant qu'Il nous voit et nous entend. Et puis nous restons en sa présence tout le temps de l'oraison.

Nous faisons des actes de foi sur tel ou tel aspect du mystère de Dieu : Dieu-Créateur, Dieu-Père, Dieu-Seigneur de l'univers, Dieu Tout-Puissant, Dieu-Source de toute vie, etc...

Nous lui exprimons notre attitude profonde à son égard : sentiments de crainte respectueuse, de révérence, de louange, etc...

Nous prenons conscience de ce que nous sommes devant Dieu et nous le lui disons : je suis une créature, aimée de Dieu, faible, mais aussi riche de talents, ignorante, pécheresse, mais aussi choisie, etc.. Et nous exprimons à Dieu les sentiments que cela nous inspire...

En prenant conscience dans la foi de qui est Dieu nous arrivons aussi à voir qui nous

sommes devant Lui en vérité. Dans l'oraison on ne sépare jamais ces deux regards - sur Dieu et sur nous-mêmes -.

b) Nous unir à Jésus-Christ

De Jésus seul on peut dire qu'il fut si humblement et si totalement soumis au désir de son Père que sa prière fut pleinement exaucée (2). Nous savons par expérience que, tout seuls, nous ne savons pas prier comme il faut. Nous ne sommes pas vraiment dans les dispositions qui nous ouvrent pleinement à Dieu.

Mais Jésus nous invite à prier 'en son Nom', à le rejoindre dans sa propre prière quand il se tient devant son Père. Plus nous prenons conscience de notre état de pécheurs, plus nous éprouvons le besoin de nous unir à Jésus qui intercède pour nous.

Jésus se tient toujours en prière devant le Père (3). Nous le rejoignons dans cette prière, nous nous unissons à lui, si bien que l'on peut dire : nous nous présentons devant le Père revêtus des mérites du Christ Jésus. Nous voulons prier comme Jésus : *Par Lui, avec Lui et en Lui...*

- PAR LUI... Nous nous présentons devant Dieu au nom de Jésus (4). Ainsi l'efficacité de notre prière dépend de la façon dont le Père accueille Jésus.

Nous savons que dans l'oraison Jésus nous ouvre le trésor de ses mérites et de sa puissance. N'essayons pas de faire valablement oraison en nous appuyant sur nos seules ressources humaines. Nous avons toujours besoin d'enrichir notre oraison des mérites du Christ (5).

Nous nous plaçons donc entièrement dans le dynamisme de son Esprit et de sa grâce. Son Esprit nous aide à prier comme Il prie Lui-même. Sa grâce nous aide à reconnaître que nous ne savons pas prier comme il faut, hors de Lui et de ses mérites.

- AVEC LUI... Jésus intercède continuellement pour nous auprès du Père. Nous rejoignons Jésus dans cette prière. Jésus prend notre prière dans la sienne et à notre tour nous pouvons offrir au Père la prière même de son Fils. Quand nous prions avec Jésus nous acquérons peu à peu son esprit de prière, nous prions peu à peu avec ses propres attitudes et dispositions. Si nous n'arrivons pas à faire nôtres les émotions et les désirs humains de Jésus priant (6), nous sommes comme des membres paralysés, membres de son corps mais qui ne sont pas mus par sa vie. Prier avec Jésus c'est partager son expérience de prière dans toutes ses dimensions (7), comme un sarment vivant de la vigne ou un membre animé de la même vie que la tête.

- EN LUI... Nous désirons être unis à Jésus au point que sa prière devienne notre prière (8). Nous prions comme ses membres et nous devenons des images fidèles de Jésus s'adressant à son Père.

Dans cette union à Jésus se trouve le secret de l'efficacité et de la qualité de notre prière, de notre oraison.

Jésus permet cette communion intime avec lui seulement à notre moi authentique. Notre 'moi inauthentique', fabriqué par nous-mêmes, ne peut rien avoir en commun avec Jésus (9).

c) **Nous unir à Marie**

Il y a au moins deux très bonnes raisons de faire l'oraison en union avec Marie. Tout d'abord, Dieu l'a choisie pour qu'elle Le connaisse d'une façon tout à fait unique : en tant que sa Mère, Marie a conçu Dieu dans son cœur par la foi, et dans tout son être par la puissance du Saint-Esprit (10). Marie a connu Jésus dans chacun de ses mystères et chacune des forces qui ont animé sa vie, sa mort, sa résurrection. Quel privilège pour nous de faire oraison en compagnie de Celle qui connaît le Seigneur si profondément que sa charité Le fait naître dans notre cœur, tout comme elle l'a donné au monde à Noël (11).

La seconde raison c'est que Dieu a confié à Marie le rôle principal dans la formation de sa

personnalité humaine. Puisque nous voulons conformer notre vie sur celle de Jésus, le Fils de Dieu, Marie remplit le même rôle maternel dans notre propre vie (12). Voilà ce que ça signifie pour nous de vouloir vivre à notre tour le mystère du Fils de Marie. Prier, faire oraison en union avec Marie veut dire que pendant l'oraison nous ouvrons notre cœur à sa présence, à son influence éducatrice. Plus nous lui serons alors unis, plus nous progresserons dans la conformité à Jésus-Christ. Car tel est l'effet de l'influence maternelle de Marie.

d) Invoquer l'Esprit Saint

Jésus nous a donné son Esprit pour qu'il reste avec nous toujours, pour qu'en particulier il nous apprenne à prier (13). Nous demandons donc à l'Esprit Saint de prendre possession de notre esprit et de notre cœur, de sorte que nous passions tout entiers sous son inspiration et sa direction.

Nous écartons toutes les pensées distrayantes, inutiles, tous les soucis qui nous préoccupent et nous tracassent, toutes les affections dérégées, lorsque nous nous abandonnons à la conduite de l'Esprit Saint (14). Nous disons à l'Esprit Saint la grâce que nous espérons retirer de l'oraison et Lui priera pour nous en nous-mêmes. Il produira en nous ses propres fruits (15).

1. Ac 17,18 : « En lui nous avons la vie, le mouvement et l'être ».
2. He 5,7 : « Le Christ a présenté à Dieu prière et supplications... »
3. He 7, 24-25 : « Le Christ intercède pour nous... »
4. He 4, 14-16 : Le Christ est notre prêtre...
5. Ph 3, 9-12 : Devenir semblables au Christ... et être trouvés justes en Lui...
6. Ph 2, 5-11 : Avoir les mêmes sentiments que le Christ Jésus...
7. Jn 13, 15 : L'exemple du Christ est notre modèle...
8. Ep 4, 11-16 : Grandir dans le Christ...
9. Jn 13, 8 : Permettre au Christ de me laver tout entier...
10. Lc 1, 26-28 : Annonciation
11. Lc 2, 6-7 : Nativité
12. Lc 2, 51-52 : Jésus « leur était soumis ».
13. Jn 14,26 : « L'Esprit vous enseignera toutes choses... »
14. Rm 8, 26 : « L'Esprit vient en aide à notre faiblesse ».
15. Ga 5,22 : Les fruits de l'Esprit en nous...

15. LA PRATIQUE DE L'ORAISON : LA METHODE COMMUNE

En présence de Dieu, unis à Jésus et à Marie, abandonnés à l'Esprit Saint, nous voici donc arrivés au cœur de l'oraison. Tout de suite nous nous rappelons le sujet d'oraison que nous avons choisi à l'avance.

S'il s'agit d'une parole de l'Ecriture(1) ou d'une vérité de foi, nous les examinons sous différents aspects : leur signification, leur importance, leur incidence éventuelle sur notre vie... et surtout par rapport à la grâce que nous espérons de cette oraison.

Si le sujet est un mystère de Jésus - par ex.: Jésus est né dans une étable - nous faisons travailler notre imagination pour nous représenter la scène concrètement, nous méditons sur les actions des acteurs, sur les paroles prononcées, et nous insistons sur les sentiments et les mouvements intérieurs qui ont pu animer les acteurs. Surtout nous nous tenons dans une attitude d'écoute et d'attention aux mouvements intérieurs qui se produisent en nous.

Lorsque nous éprouvons une émotion à la suite de telle pensée qui nous est venue, ou un désir particulier, nous nous y arrêtons et le savourons (2), de sorte qu'il puisse s'enraciner en nous. Nous multiplions les actes de foi jusqu'à

ce qu'une vérité devienne notre conviction personnelle. Nous entretenons nos émotions jusqu'à ce qu'elles deviennent attachement plus profond à Dieu ou horreur du mal au point de nous en détourner plus radicalement. Les désirs qui naissent dans l'oraison doivent nous amener à la conversion, à la décision de changer, dans le sens d'un plus grand bien, vers la perfection (3). La crainte, le respect, la louange, la reconnaissance, la contrition pour nos fautes, la demande : autant de choses qui font l'objet de notre colloque avec Dieu et que nous prolongeons tant que nous n'en sommes pas lassés. Notre objectif est de reproduire en nous *"les sentiments qui sont dans le Christ Jésus"* (4).

Tout élan intérieur émanant de la foi nous pousse vers Dieu, d'une manière ou d'une autre. Nous entretenons délibérément ces mouvements en nous jusqu'à ce qu'ils nous fassent entrer dans les voies de Dieu. Nous examinons notre conduite habituelle pour voir si elle exprime vraiment notre conviction de foi ou si elle est en contradiction avec elle. Nous comparons nos attitudes avec les dispositions intérieures du Christ. Nous décidons des applications concrètes dans notre vie, des choses que nous changeons peu à peu, jusqu'à ce que notre vie reflète concrètement cette vérité.

De même pour les mystères. Ce que nous comprenons, ce que nous ressentons, les résolutions pratiques que cela nous inspire : tout

cela fait l'objet de notre dialogue avec Dieu. Tel est le cœur de l'oraison.

Certaines fois nous nous sentons pris très rapidement par le sujet médité. D'autres fois nous devons prolonger les considérations plus longtemps, peut-être jusqu'à l'oraison suivante. Ce qui compte, c'est de rester attentifs aux mouvements intérieurs de l'Esprit pour nous abandonner à leur poussée. Nous évitons les longs discours ou les raisonnements prolongés : l'oraison n'est pas un temps d'étude, c'est une rencontre avec Dieu.

L'oraison se prolonge dans le reste de notre vie ; elle doit normalement la marquer tout entière, tout comme, à l'inverse, notre style de vie rejaillit sur notre oraison. Nous nous efforçons donc de faire en sorte que l'oraison porte des fruits dans notre vie.

Nos résolutions devraient comporter trois caractéristiques : elles doivent être bien précises, d'une application immédiate et concrète, et faciles à se rappeler et à se répéter. La résolution peut être tel acte particulier dans notre comportement. Nous pouvons décider d'entretenir tel sentiment qui est né en nous. Nous pouvons travailler à enraciner en nous une attitude particulière du Christ Jésus. Il y a des vérités que nous pouvons assimiler en prolongeant simplement tel sentiment ou en gardant notre attention fixée sur elles...

Comme tout le reste de l'oraison, la résolution doit être le fruit de notre docilité à l'Esprit Saint.

Si nos résolutions ne viennent que de nous, elles manqueront de la vigueur nécessaire pour porter des fruits et finiront en poussière (5). Vivre de la foi c'est au contraire laisser Dieu agir en nous et commander notre moi naturel.

En résumé, nous pouvons dire que cette méthode commune d'oraison de foi enracine peu à peu la Parole de Dieu dans nos propres convictions et nous attache de plus en plus étroitement à Jésus-Christ, à travers nos sentiments, nos mouvements intérieurs, nos décisions. Ainsi la sagesse et la force de Dieu deviennent progressivement la lumière qui nous éclaire et l'élan qui nous pousse en avant dans notre propre vie.

1. *Is 55, 10-11* : « La Parole de Dieu produit ce qu'elle dit... »
2. *Ps 34, 8* : « Goûtez et voyez comme est bon le Seigneur ! »
3. *I Pe, 2, 2-3* : « Désirez le lait pur de la parole... pour grandir... »
4. *I Co 12, 3* : « Nul ne peut dire 'Jésus est Seigneur' si ce n'est par l'Esprit Saint. »
5. *Jn 15, 5-7* : La vigne et les branches.

16. CONCLURE L'Oraison

La conclusion de l'oraison est en elle-même assez brève. Elle est pourtant très importante parce qu'elle doit assurer la répercussion durable sur notre existence des bons effets que l'oraison a produits en nous. La conclusion comporte quatre actes essentiels :

a) Nous disons MERCI à Dieu qui nous a fait l'honneur de nous tenir en sa présence pendant l'oraison ; merci pour tout ce que nous avons compris, ressenti ou désiré durant l'oraison, pour toutes les grâces éprouvées. Même si au niveau des sentiments notre oraison est restée plutôt froide et insipide, c'est déjà une grande chose que d'avoir été admis en présence de Dieu.

b) Nous demandons PARDON à Dieu pour nos manques d'ouverture, de disponibilité, de réponse, pour toutes les résistances que nous avons opposées à son action durant l'oraison.

c) Nous renouvelons notre CONSECRATION à Dieu et à Marie en achevant l'oraison. Nous leur confions tout ce qui s'est passé durant l'oraison et nous leur demandons de garder vivante en nous la grâce, de cultiver en nous les fruits de l'oraison.

d) Nous résumons l'oraison dans un BOUQUET SPIRITUEL, une courte phrase qui nous permette de nous rappeler l'oraison durant la

journée pour que cette grâce de l'oraison
féconde effectivement notre vie.

17. L'EXAMEN DE L'ORAISON

Pour maintenir en nous les dispositions acquises pendant l'oraison, nous tâchons de ne pas en sortir trop rapidement et de manière trop brusque. Nous ménageons une transition calme et paisible vers des occupations plus extérieures. Nous n'abandonnons pas au hasard les fruits de l'oraison, si précieux. C'est pourquoi nous y revenons après quelque temps par le biais d'un examen de l'oraison : comment avons-nous fait la préparation de l'oraison ? Comment avons-nous passé les moments forts, le cœur de l'oraison ? Qu'est-ce que nous en avons retiré de positif ?

Cet examen peut se faire tout de suite après l'oraison ou à un autre moment de la journée. S'il nous est impossible de faire cet examen à un moment fixe dans la journée et quotidiennement, nous nous ménageons en tous cas plusieurs examens complets de l'oraison chaque semaine. Il importe de soigner les fruits de l'oraison pour que des dispositions nouvelles s'incrustent en nous de façon permanente.

On fera l'examen de l'oraison autour des points suivants :

- a) notre PREPARATION INTERIEURE à l'oraison : y sommes-nous allés avec ardeur ou à contre-cœur ? Dans le calme ou dans l'agitation ?

Dans la joie ou dans la colère ? Quels sentiments éprouvions-nous ? Quels désirs nous poussaient ?

- b) La PREPARATION DU SUJET de l'oraison. Quand l'avons-nous choisi ? Quelle grâce souhaitions-nous en retirer ?
- c) Notre FIDELITE à la METHODE. Comment avons-nous suivi la méthode ? Tant que nous ne connaissons pas cette méthode par cœur, nous suggérons, entre parenthèses, qu'il peut être utile de nous aider d'un résumé écrit que nous gardons sous les yeux durant l'oraison...
- d) Nos MOUVEMENTS INTERIEURS : quels ont été nos sentiments, nos élans, nos désirs ? Tout cela venait-il de Dieu ou de notre nature ? ou de Satan ? Nous réaffirmons, pour les affermir, ceux qui venaient de Dieu.
- e) Nos DISTRACTIONS. Qu'est-ce qui a détourné notre attention de Dieu ? D'où venaient ces distractions ?
- f) Notre RESOLUTION. Qu'est-ce qui s'était passé dans l'oraison que nous ayons voulu prolonger dans notre vie courante ?

Peut-être ne pouvons-nous pas passer tous ces points en revue chaque jour. Ce genre d'examen de l'oraison doit cependant faire partie de notre vie d'oraison. Pour nous aider et nous stimuler dans cette pratique, il est conseillé de rendre compte régulièrement de notre vie

d'oraison à quelqu'un d' autre : à notre accompagnateur spirituel ou à notre directeur de communauté (pour les religieux), ou le chef de zèle de la communauté, ou une autre personne de ce genre...

18. IL FAUT DISCERNER NOS MOUVEMENTS INTERIEURS

Dieu est toujours présent et agissant en nous. Il nous attire et nous guide, à plus forte raison durant le temps de l'oraison. Jésus nous a dit : « *Personne ne peut venir à moi si mon Père ne l'attire pas* » (1). Il nous dit de même que son désir est que nous soyons avec lui auprès du Père. Nous pouvons percevoir cette attirance du Père à travers nos élans, nos désirs, nos dispositions intérieures... (2) Souvent nous ne prêtons guère d'attention à cela, qui reste inconscient.

Il y a cependant là une difficulté. Nos mouvements intérieurs peuvent provenir d'autres sources que de Dieu : de notre moi "terrestre" ou d'un mauvais esprit. Si nous voulons suivre docilement les mouvements de l'Esprit Saint nous devons savoir distinguer ce qui vient de Dieu de ce qui est de Satan (3).

En règle générale, pour savoir d'où viennent nos élans observons la direction qu'ils donnent à notre vie et les fruits qu'ils produisent. Voici, pour aider notre discernement, quelques signes de l'action de Dieu et d'autres qui manifestent notre moi égoïste... (4)

- **VIENNENT DE DIEU** les mouvements qui nous ouvrent à la plénitude de la vie que nous trouvons dans le Christ...

- Nous sentir poussé à changer de cœur, à nous corriger de tel défaut, à rendre notre vie meilleure...
- Désirer être uni à Dieu d'une façon particulière.
- Désirer être fidèle, persévérer dans l'oraison, toujours mieux prier et méditer...
- Etre intérieurement en paix, même dans l'épreuve ou la souffrance.
- Nous sentir attristé par le péché et attiré par la vertu.
- Etre heureux de nous connaître nous-même, de reconnaître nos faiblesses et nos limites.
- Attendre patiemment que Dieu se manifeste à nous.
- Etre mus par la confiance en Dieu.
- Souhaiter du bien aux autres et faire quelque chose pour eux.

Etc.

VIENNENT DU VIEIL HOMME OU DE SATAN les mouvements qui flattent notre moi égoïste et qui le renforcent...

- Fixer nos pensées, nos désirs, notre plaisir sur des choses qui satisfont notre moi ancien, païen.
- Ressentir peu d'attrance pour les vertus.

- Nous complaire en nous-mêmes, dans une satisfaction égoïste, par exemple quand nous avons bien prié.
- Notre centre d'intérêt principal n'est pas Dieu mais nous-même, ou autre chose...
- Nous accomplissons l'oraison comme un acte d'obéissance extérieure ou de pénitence..
- Nous attendons de Dieu une récompense parce que nous avons bien prié.
- Avoir fort envie de cesser l'oraison.
- Nous laisser gagner par l'idée que Dieu ne nous entend pas ou que nous n'arriverons jamais à bien faire oraison.
- Demeurer dans la confusion, l'anxiété, l'agitation...
- Nous croire rejetés de Dieu et vivre de ce fait dans la méfiance, le découragement, la culpabilité...

A mesure que nous discernons ainsi en nous ce qui vient de Dieu ou au contraire de Satan, nous pouvons choisir, rejeter ce qui vient en nous du vieil homme et nous laisser au contraire guider par Jésus sur le chemin de la foi.

Il y a beaucoup de choses qui sont bonnes en soi mais qui peuvent devenir pour nous des obstacles dans l'oraison.

- Par exemple, des réflexions intellectuelles qui nous aident à comprendre les choses mais qui ne nous poussent pas à nous convertir. Si l'étude est avant tout un exercice de l'intelligence et du jugement, l'oraison par contre est d'abord un exercice de notre foi et un mouvement de notre cœur.

- De même, nous pouvons être tentés d'utiliser le temps de l'oraison pour préparer nos activités pastorales : préparer une causerie ou un sermon, faire le plan d'une réunion de conseil, etc... Tout cela est certainement bon en soi, mais ce n'est pas l'exercice de l'oraison. Cela peut être une ruse de Satan de nous détourner de l'oraison vers ces activités intellectuelles ou pastorales... Dans l'oraison, ce qui compte avant tout c'est que toute notre attention se porte sur Dieu (5).

1. *Jn 6, 44*

2. *Jn 16, 23-24* : « *Demandez... et votre joie sera complète* ».

3. *I Jn 4, 1* : *Eprouver les esprits...*

4. *Mt 7, 17-19* : « *Vous les reconnaîtrez à leurs fruits...* »

5. *Mt 6,6* : *Prier dans le secret...*

19. DIFFICULTES RENCONTREES DANS L'ORAISON

Il y a trois difficultés que nous rencontrerons sûrement dans l'oraison : les distractions, les afflictions, la sécheresse. Il est bon de les connaître pour mieux en venir à bout.

- Les DISTRACTIONS : ce sont toutes les pensées qui nous détournent de l'essentiel qui est Dieu. Pendant l'oraison Dieu doit être notre unique préoccupation. Tout ce qui nous distrait nous empêche de profiter des dons de Dieu et de ses consolations durant l'oraison.

- Les AFFLICTIONS : il s'agit de toutes les souffrances qui nous accablent, des charges trop lourdes qui pèsent sur nous, des coups que nous recevons dans la vie et qui rendent pour nous l'exercice de l'oraison pénible.

- La SECHERESSE est une absence de mouvements intérieurs durant l'oraison ; rien ne se passe en nous. De ce fait l'oraison nous paraît inutile autant qu'inintéressante.

Quand nous sommes dans ces difficultés nous devons d'abord en analyser les causes. Il y en a principalement quatre :

a) Un manque de FIDELITE à l'oraison. Nous négligeons la préparation de l'oraison ; nous ne suivons pas la méthode. Comment bénéficierions-nous des fruits de l'oraison si

nous ne prenons pas les moyens providentiels à notre disposition ? (1)

b) Nous n'avons pas le CŒUR assez PUR (2). Les difficultés, surtout les distractions, surviennent davantage au milieu d'affections désordonnées ou dans la légèreté de l'esprit. Les distractions néfastes nous viennent de passions désordonnées qui nous attachent à quelque créature et nous détournent de Dieu. Par contre, des pensées qui viennent simplement de l'activité normale de l'esprit ne nous détournent pas de Dieu. Nous les laissons suivre leur cours sans nous y arrêter, préoccupés consciemment de nous maintenir en présence de Dieu. Nous sentons bien que nous sommes attachés à une créature si nous nous en détournons difficilement pour être attentifs à Dieu.

La légèreté est un signe d'immaturité. Elle consiste à ne rien prendre vraiment au sérieux, à ne pas savoir apprécier l'importance des choses. Pendant l'oraison on laisse alors l'esprit errer sans but d'une chose à l'autre, sans qu'il se fixe sur rien. Notre imagination vagabonde...

Les affections désordonnées et la légèreté de l'esprit empêchent donc l'oraison de porter des fruits. Il se peut aussi que Dieu se refuse à nous pour punir notre négligence à son égard ou notre vie de péché. Il ne veut pas jeter aux orties le trésor de ses grâces...

c) La PURIFICATION. Dieu peut parfois nous priver de consolations dans l'oraison pour nous rendre attentifs à quelque péché ou pour nous purifier de certains attachements à notre vieil homme ou au monde. Quand c'est Dieu qui nous purifie, il nous donne toujours en même temps les moyens de progresser dans la vertu ou il nous prépare à recevoir un don plus grand de sa part. Parfois Dieu nous fait sentir que nous sommes loin de Lui précisément pour faire grandir en nous le désir de Le rencontrer (3). Il peut nous faire ressentir plus profondément notre condition devant Lui et sa grandeur.

Souvent la purification (4) précède une étape importante dans notre découverte du mystère de Dieu se révélant à nous ou elle nous prépare à accueillir un nouveau don de l'Esprit. L'expérience même de la purification peut nous aider à pénétrer plus profondément dans tel ou tel mystère du Christ ou de Marie – des situations où eux-mêmes ont connu quelque chose comme une purification...

Une difficulté peut être considérée comme une purification et non comme une punition lorsque

- a) nous restons fidèles à l'oraison ;
- b) nous ne décelons pas en nous d'affection désordonnée ni de légèreté d'esprit ;

- c) nous reconnaissons à certains signes que Dieu agit (cf. plus haut).
- d) Préparation pour une GRACE NOUVELLE. Dieu ne donne pas ses dons à la légère, sans préparer le terrain. Des difficultés dans l'oraison, en particulier une sécheresse prolongée, peuvent être le signe que Dieu veut nous accorder des dons nouveaux et le moyen de nous disposer à les recevoir ; de franchir ainsi une étape nouvelle dans la vie d'oraison, d'accéder à un degré nouveau d'union à Dieu.

Quand nous avons discerné la cause de nos difficultés, nous pouvons réagir, soit pour écarter les obstacles, soit pour répondre mieux à l'action de Dieu en nous.

Voici à ce propos quelques **CONSEILS UTILES** :

- a) Persévérer dans l'oraison en suivant fidèlement la méthode.
- b) Nous abandonner tout entiers à Dieu, à son action, dans la confiance et la paix intérieure. Nous tourner vers Dieu comme a fait Jésus dans le désert (5).
- c) Rester patients, attendant dans la confiance l'heure de Dieu.
- d) Exprimer notre regret d'être si peu ouverts à l'Esprit Saint.

- e) Remercier Dieu de nous montrer concrètement sa bonté dans cette situation. Car c'est un privilège d'être aimés de Dieu dans ce genre de situation...
- f) Méditer sur ce que Dieu peut vouloir nous dire par cette épreuve et sur le bénéfice que nous pouvons en tirer.
- g) Exprimer fréquemment notre désir d'être unis à Jésus et à Marie...

1. *Lc 19, 15-26 : Faire fructifier les talents reçus...*

2. *Mt 15, 15-20 : « C'est ce qui vient du cœur qui rend l'homme impur... »*

3. *I Pe 1, 6-7 : Des épreuves qui nous purifient...*

4. *He 12, 5-13 : Dieu nous corrige par l'épreuve...*

5. *Mt 4 : tentations de Jésus au désert.*

20. PRIER SANS CESSÉ. VIVRE EN PRÉSENCE DE DIEU

« *Jésus leur dit une parabole pour leur montrer qu'il faut toujours prier, sans se lasser* » (Lc 18,1). Pour arriver à cette prière continuelle il faut s'exercer à vivre toute la journée en présence de Dieu. Comment acquérir l'habitude de la présence de Dieu ?

Les temps forts de l'exercice de la présence de Dieu, ce sont les temps d'oraison dans notre vie. Nous conservons de l'oraison les bons fruits (telle intuition, telle attitude, tel désir, etc.) et nous nous en nourrissons jusqu'à l'oraison suivante. Pendant l'oraison même, nous sommes abandonnés à l'action bienfaisante de l'Esprit Saint pour qu'il oriente nos désirs et éclaire nos convictions... Quand nous sortons de l'oraison nous voulons vivre selon les dispositions, les attitudes, les vertus mêmes que nous avons contemplées dans le Christ. Peu à peu nos sentiments, nos désirs, nos actes sont transformés par l'effet de l'oraison... (1)

L'exercice de la présence de Dieu découle de notre relation fondamentale avec Lui : il est notre Créateur, nous sommes ses créatures. Il est la source de tout bien et nous en sommes les bénéficiaires. Il est infini et nous sommes limités... Bref : Dieu est l'origine de tout bien et nous, de rien du tout.

Or ce Dieu est en nous et il nous soutient, nous attire, nous transforme. Dans la mesure où nous gardons cette vérité présente à notre esprit, nous devenons plus sensibles aux mouvements de l'Esprit en nous dans le reste de la journée, comme pendant l'oraison. Certes, vivre habituellement en présence de Dieu ne veut pas dire penser continuellement à lui. C'est un sentiment profond d'être en sa présence, d'être son familier, habitué à Lui. Peu à peu et de façon de plus en plus naturelle, nous commençons à penser, à sentir, à agir toujours et partout sous l'influence de cette présence certaine de Dieu. Notre "moi nouveau", formé par l'action du Saint-Esprit pendant l'oraison, continue à s'approfondir et à s'affermir même en-dehors du temps consacré à l'oraison.

A mesure que le sens de la présence de Dieu devient habituel en nous, l'influence réciproque entre l'oraison et le restant de notre vie quotidienne devient plus forte. Notre style de vie est marqué par ce qui se passe dans notre oraison et à l'inverse notre oraison est marquée par ce que nous vivons en-dehors. Peu à peu notre attention à Dieu devient permanente (2) et notre habitude de répondre à ses appels, un souci présent dans toutes nos activités. Progressivement, notre foi façonne notre vie entière grâce à l'exercice de la présence de Dieu.

1. Ga 2,20 : « Notre vie, c'est le Christ en nous... »

2. I Co 10, 31 : Faire tout pour la gloire de Dieu.

21. DEVENIR UN HOMME NOUVEAU PAR LA CONTEMPLATION DES MYSTERES DU CHRIST

Lorsque nous désirons acquérir une nouvelle attitude ou disposition dans notre vie chrétienne, un des moyens les plus efficaces c'est de contempler le Christ (1), de voir comment il a incarné cette attitude dans tel de ses mystères. Par "mystère" nous voulons parler de toute expérience humaine dans et par laquelle Jésus a rendu visible et présent l'amour de Dieu, par laquelle il nous a rachetés, par laquelle il nous entraîne vers le Père.

Chaque mystère de Jésus comporte un aspect extérieur et une dimension intérieure. Peu d'entre les chrétiens sont appelés à imiter les mystères du Christ dans leur aspect extérieur mais tous sont appelés à participer à l'élan intérieur qui animait ces mystères.

Par exemple : peu d'entre nous seront jamais crucifiés physiquement comme Jésus. Mais tous, nous devons, d'une certaine manière, participer à l'esprit intérieur qui a poussé Jésus jusqu'à la croix. L'essentiel est l'intérieur. Au Calvaire, deux bandits ont partagé le mystère extérieur de Jésus, crucifiés à côté de Lui (2). Un seul pourtant a participé à son mystère intérieurement et le Paradis s'est ouvert pour lui aussitôt...

En pratiquant l'oraison de foi selon la méthode commune, nous pénétrons vraiment dans l'intérieur des mystères de Jésus : par la foi, nous imaginons ce que Jésus a éprouvé dans tel événement de sa vie et nous nous concentrons sur cette dimension intérieure de l'événement.

Par exemple, quand Jésus a été baptisé dans le Jourdain, que s'est-il passé en lui ? Ou quand il a été tenté au désert, ou quand il a guéri le paralytique, ou quand il a pardonné à la femme adultère, ou encore quand il s'est levé lui-même du tombeau ?... Ses dispositions intérieures à l'occasion de ces événements, voilà l'objet de notre oraison. Par la foi nous nous disposons à revêtir nous-mêmes *les sentiments qui furent dans le Christ Jésus*. Nous entrons dans l'expérience même de Jésus (3).

Pour acquérir les dispositions de Jésus, nous avons besoin de vivre des expériences qui forment ces dispositions en nous. Nous demandons pour cela à l'Esprit Saint de nous unir à Jésus en modelant nos attitudes intérieures.

Finalement, nous découvrons dans la foi comment nous allons vivre tel mystère particulier quand nous sortirons de l'oraison pour accomplir notre ministère.

Tous les mystères de Jésus, il peut nous être donné ou demandé de les expérimenter dans notre vie, en communion même avec Jésus, dans

l'oraison ou en-dehors. L'oraison nous prépare à vivre de l'élan spirituel des mystères du Christ dans notre ministère apostolique. Chaque mystère que nous vivons ainsi nous donne d'entrer dans une vie plus abondante et permet à de nouveaux traits de notre personnalité 'christifiée' de s'affirmer (4).

1. *Ph 3, 10 : « Tout ce que je veux connaître, c'est le Christ. »*
2. *Lc 23, 33-43 : La mort de Jésus...*
Rm 6, 5 : Imiter la mort et la résurrection de Jésus.
3. *Jn 15, 20-21 : Le disciple est comme son maître...*
4. *Col 1, 24 : Compléter en nous ce qui manque dans le Corps du Christ.*

22. PARTICIPER AUX MYSTERES DE MARIE

Les mystères de foi qui se sont accomplis en Marie sont également annoncés à nous et nous pouvons les expérimenter selon le degré de notre foi (1). Marie est en cela notre modèle. Davantage même : elle est notre mère. Nous ne devons pas seulement l'imiter de l'extérieur mais vraiment participer aux mêmes mystères qu'Elle. Nous ne contemplons pas les mystères de Marie seulement pour l'admirer ni même seulement pour nous stimuler à faire le bien mais bien pour que la réalité de la vie de Marie chante en nous et nous forme à l'image de Jésus. Les mystères de Marie consistent tous pour Elle à se laisser racheter ou à participer au salut des autres. Ces mêmes mystères se réaliseront en nous si nous les vivons unis à Marie, dans la foi et dans la mesure de cette foi. Une mère communique la vie par la communion dans l'amour.

Quelques exemples.

-A l'Annonciation (2), Marie a accueilli la Parole de Dieu et s'est livrée à elle. Elle a cru que ce que Dieu avait dit se réaliserait. Elle a fait confiance à la promesse de Dieu. Nous sommes appelés à revivre ce mystère quotidiennement, par une semblable confiance en la Parole de Dieu.

- A Cana (3), Marie a demandé à Jésus une faveur très humaine, bousculant même le temps fixé par Dieu, anticipant l'Heure. Sa grande confiance a poussé Jésus à changer d'avis pour l'exaucer.

Et Jésus nous a appris à demander avec insistance et persévérance (4) jusqu'à ce que notre prière soit exaucée. Ainsi nous sommes appelés à revivre le mystère de Cana dans notre propre vie.

- Au pied de la Croix de Jésus (5), Marie est présente ; c'est l'heure de la mère ; son amour la "tient là". Elle reste fidèle à l'heure de l'abandon total de son fils.

Ces moments forts de son amour, nous devons les revivre pour que notre vie entre dans la plénitude que Jésus désire pour nous.

- Au Cénacle, Marie prie avec les disciples (6) pour la venue de l'Esprit promis. Nous avons aujourd'hui un grand besoin de la rejoindre au Cénacle !

- L'Immaculée Conception de Marie peut nous apparaître comme un mystère vraiment trop grand pour nous. Pourtant ce qui est au cœur de ce mystère doit nous former comme il a formé Marie. C'est en effet le mystère de la gratuité du salut, c'est la préparation par Dieu même de Celle qui doit pouvoir accueillir sa grâce. C'est la plénitude de grâce que l'amour de Dieu

répand dans le cœur : tout cela, nous sommes destinés à l'expérimenter.

Tous les mystères de Marie auxquels nous participons forment en nous l'homme nouveau, à la ressemblance de plus en plus parfaite de Jésus. Nous pénétrons dans le dynamisme de ces mystères avant tout par la méthode commune de l'oraison de foi.

1. *Lc 1, 45 : Croire en l'accomplissement de la parole dite.*
2. *Lc 1, 26-35*
3. *Jn 2, 1-11*
4. *Lc 11, 5-8 : L'ami importun*
5. *Ac 1, 14*

23. L'ORAISON ET NOTRE TÂCHE APOSTOLIQUE

Nous sommes appelés à imprimer dans toutes nos bonnes œuvres l'esprit intérieur de Jésus. Notre être nouveau, qui a grandi grâce à l'oraison, nous pousse à le faire. L'oraison nous permet d'exercer et de fortifier en nous toutes les vertus nécessaires à l'apostolat (1). L'oraison est donc essentielle si nous voulons tout faire sous l'impulsion de l'homme nouveau qui est en nous. Tout comme Dieu nous pénètre de sa vie et nous transforme dans l'oraison, ainsi les fruits de l'oraison peuvent et doivent pénétrer et transformer toutes nos actions. L'oraison de foi nous incite à pratiquer les vertus de Jésus dans notre travail apostolique (2). Sans doute, nous pouvons accomplir de bonnes actions sans faire oraison. Il y a cependant un manque à gagner. Ce que nous pouvons faire de bien par nous-mêmes est peu de chose en comparaison de ce que Dieu peut accomplir à travers nous moyennant l'oraison de foi.

On ne peut faire oeuvre spirituelle que grâce à l'Esprit Saint. Dieu ne nous appelle pas par vocation pour des œuvres que nous pourrions très bien réaliser sans Lui (3). Il nous appelle à être "ministres de sa grâce" et nous ne pouvons l'être qu'unis à Lui dans la prière, l'oraison. Notre vocation nous oriente vers un apostolat que nous ne pouvons accomplir qu'avec l'aide de

la grâce de Dieu. Nous n'avons pas à nous occuper, comme apôtres, de nos affaires personnelles mais des affaires du Seigneur et de sa mère.

Le travail apostolique est une conséquence normale de l'oraison. Nous n'héritons pas des dons de Dieu pour nous seuls. Dans l'oraison, Dieu nous fait part de ses désirs, de ce qu'il veut pour les autres. Voilà pourquoi le fruit par excellence d'une bonne oraison c'est le zèle pour le salut des hommes, le désir de faire bénéficier les autres de la grâce de Dieu (4). Ce zèle nous soutiendra dans notre travail apostolique. Si nous ne comptons que sur les ressources de notre sagesse humaine nous ne serions pas à la hauteur de notre mission et nous sombrerions vite dans le découragement. Mais par l'oraison l'Esprit de Dieu nous éclaire et nous anime dans tout ce que nous entreprenons pour le Seigneur.

1. *Ac 1,8 : Recevoir une force puis témoigner.*
2. *Ac 3, 12-16 : Agir avec la force du Christ.*
3. *Lc 9, 1-6 : L'envoi des Douze...*
4. *I Pe 4, 10-11 : « Chacun a reçu une grâce pour servir les autres. »*

APPENDICE

METHODE COMMUNE D'ORAISON DE FOI

(aide-mémoire)

1. On CHOISIT UN SUJET et on se précise le fruit spirituel qu'on attend de cette oraison, compte tenu du besoin spirituel qu'on en a, de l'attrait ou du désir que l'on éprouve.. Ce sujet peut être un passage d'Ecriture, un mystère de la vie de Jésus ou de Marie, un enseignement de l'Eglise, etc...

2. L'ENTREE DANS L'ORAISON. On se rend à l'endroit où on va prier, on se détend, on fixe son attention sur Dieu.

- On contemple Dieu à travers un des traits de son mystère : Dieu Créateur ou Père ou source de vie ou souverain de l'univers...

- On s'unit à Jésus, qui est continuellement en prière pour nous...

- On s'unit à Marie qui nous forme dans son amour maternel...

- On se livre à l'Esprit Saint qui nous dispense ses dons...

3. LE CORPS DE L'ORAISON DE FOI

- On se remémore le sujet choisi. On réfléchit, on s'imagine la scène, on considère sa signification et son importance pour nous...

- On confronte sa vie concrète à la vérité, au mystère, au don.. que l'on considère, pour voir si elle y est conforme ou non, si ce que nous méditons transparait dans notre vie ou pas...
- On est attentif aux mouvements intérieurs qui se produisent en nous durant l'oraison : nos sentiments, nos désirs, nos tendances... On parle de tout cela au Seigneur dans le dialogue de l'oraison, on savoure la vérité qui nous frappe, nos intuitions, nos dispositions nouvelles, etc. jusqu'à ce que tout cela s'enracine dans notre esprit, notre cœur et notre volonté.
- On répète la même démarche à propos des autres points de nos considérations ou des autres aspects du sujet de méditation.

4. CONCLUSION DE L'Oraison

- en remerciant Dieu pour ce temps de grâce qu'on vient de vivre dans l'oraison ;
- en demandant pardon pour tous nos manques d'ouverture et de non-réponse à sa Parole...
- en renouvelant notre consécration à Dieu et à Marie et en remettant entre leurs mains cette oraison même et ses fruits...
- en résumant dans un bouquet spirituel dont on se souviendra, le fruit de cette oraison.

5. EXAMEN DE LA PRATIQUE DE L'ORAISON

- On examine, quelque temps après l'oraison, la manière dont cela s'est passé.
- On repasse alors en revue les diverses étapes proposées dans notre méthode...

Cet examen ancrera plus profondément en notre vie la grâce de notre oraison.

ANNEXE

Lettre du P. Chaminade (1842) *à M. Pérodin, religieux marianiste*

L'oraison mixte sur le *Credo* ou Symbole des Apôtres ne pourra jamais que vous être utile ; mais comme vous voulez faire l'application de la foi chrétienne à l'amendement de vos défauts, souvenez-vous toujours que tous les articles de notre foi, toutes les vérités révélées se rapportent à celle dont saint Pierre fit profession : *Tu es Christus Filius Dei vivi*.

Dans tous les mystères de Jésus-Christ, à commencer par celui de l'Incarnation, ne voyez jamais que le Fils de Dieu opérant dans la très sainte Humanité, agissant et parlant, souffrant et mourant, ressuscitant, etc. C'est toujours le Fils de Dieu qui opère dans sa sainte Humanité ; c'est lui qui souffre, qui meurt, qui ressuscite, qui monte au Ciel ; en un mot, depuis l'Incarnation inclusivement, Jésus-Christ est toujours et sera toujours Homme-Dieu ou Dieu-Homme ; la foi nous fait toujours voir en Jésus-Christ le Fils de Dieu qui opère pour nous, qui souffre, qui meurt, qui ressuscite pour nous, qui parle pour nous, qui nous enseigne : toutes ses paroles sont des paroles divines qui nous sont adressées. Quels immenses trésors nous avons en Jésus-Christ !

Nous nous unissons à Jésus-Christ par la foi que nous avons en lui ; nous puisons dans ses trésors avec cette foi, puisque ces trésors

sont à nous. Avons-nous besoin d'humilité, de patience, etc.? Après avoir bien reconnu notre orgueil, notre défaut de patience, etc., voyons dans notre trésor les humiliations et l'amour des humiliations, les souffrances et l'amour des souffrances qu'à toujours eus Jésus-Christ : les mérites de Jésus-Christ humilié et souffrant sont infinis. Faisons-nous un baume de ses humiliations et de ses souffrances ; appliquons ce baume sur notre orgueil, sur notre impatience, et nous guérirons; nous détruirons ces vices et nous cicatrison les plaies qu'ils nous ont faites ; nous aimerons et les humiliations et les souffrances, puisque, en Jésus-Christ et par Jésus-Christ, elles ont procuré une si grande gloire à Dieu, et la lui procureront en nous unis à Jésus-Christ. Voilà, mon cher Fils, l'usage qu'il faut faire de notre foi, spécialement dans l'oraison, sans doute, mais aussi dans tout le cours de notre vie.

[...]

Je désire, mon cher Fils, que vous puissiez voir dans ce petit abrégé la pratique générale de la foi dans le cours ordinaire de la vie, et spécialement dans l'oraison, qui est le pivot sur lequel roule toute la vie chrétienne et religieuse.

SYMBOLE DES APOTRES

Je crois en Dieu, le **Père** tout-puissant,
Créateur du ciel et de la terre.

Et en Jésus Christ, son **Fils** unique,
notre Seigneur,
qui a été conçu du Saint-Esprit,
est né de la Vierge Marie,
a souffert sous Ponce Pilate,
a été crucifié, est mort et a été enseveli,
est descendu aux enfers,
le troisième jour est ressuscité des morts,
est monté aux cieux,
est assis à la droite de Dieu le Père tout-puissant,
d'où il viendra juger les vivants et les morts.

Je crois en l'**Esprit Saint**,
à la sainte Eglise catholique,
à la communion des saints,
à la rémission des péchés,
à la résurrection de la chair,
à la vie éternelle. AMEN !

SYMBOLE DE NICEE

Je crois en un seul Dieu, le **Père** tout-puissant,
créateur du ciel et de la terre,
de l'univers visible et invisible.

Je crois en un seul Seigneur, Jésus Christ,
le **Fils** unique de Dieu,
né du Père avant tous les siècles.

Il est Dieu, né de Dieu,

Lumière, née de la lumière,
vrai Dieu né du vrai Dieu.

Engendré, non pas créé,
de même nature que le Père
et par Lui tout a été fait.

Pour nous les hommes et pour notre salut,
il descendit du ciel.

Par l'Esprit Saint, il a pris chair de la Vierge Marie,
et s'est fait homme.

Crucifié pour nous sous Ponce Pilate,
il souffrit sa passion et fut mis au tombeau.

Il ressuscita le troisième jour,
conformément aux Ecritures, et il monta au ciel ;
il est assis à la droite du Père.

Il reviendra dans la gloire,
pour juger les vivants et les morts ;
et son règne n'aura pas de fin.

Je crois en l'**Esprit Saint**,
qui est Seigneur et qui donne la vie ;
il procède du Père et du Fils.

Avec le Père et le Fils,
il reçoit même adoration et même gloire ;
il a parlé par les prophètes.

Je crois en l'Eglise,
une, sainte, catholique et apostolique.

Je reconnais un seul baptême
pour le pardon des péchés.

J'attends la résurrection des morts,
et la vie du monde à venir. **AMEN !**

IIe Partie

Méthode d'oraison sur le ***SYMBOLE DES APOTRES***

Guillaume-Joseph CHAMINADE
(1840)

Le texte présenté ici reproduit, avec quelques libertés destinées à en faciliter la lecture, celui qui a été publié dans *Ecrits d'Oraison*. Les articulations essentielles sont soulignées par la numérotation de certains paragraphes et l'impression en caractères gras des termes clefs.

INTRODUCTION

(Cf. RAYMOND HALTER SM, *ECRITS D'Oraison*,
Fribourg (Suisse) 1969, p. 9...26)

Guillaume-Joseph CHAMINADE a été un collaborateur direct de son évêque dans le renouveau chrétien de la ville de Bordeaux, au lendemain de la Révolution française, à partir de 1800. Ses études au collège de Mussidan, sous la direction de son grand-frère Jean-Baptiste, Jésuite, puis à Paris, avec des prêtres de Saint-Sulpice ; les amis qu'il fréquentait et la vie communautaire qu'il a menée, après son ordination, dans la communauté des prêtres de Saint-Charles de Mussidan, lui ont donné une solide formation théologique et spirituelle.

Cependant, le P. Chaminade n'est pas un écrivain et il ne fait pas oeuvre de théologien professionnel. Il est avant tout **un fondateur d'œuvres et un conseiller spirituel**. S'appuyant sur ce qui lui paraît le plus solide dans la théologie de l'Eglise, il apporte ses conseils à des hommes et des femmes qui ont pris au sérieux leur vie chrétienne et les conséquences de leur baptême. Tout en utilisant les traités de vie spirituels courants de son temps, il met l'accent sur **l'esprit de foi**, entendu comme un enracinement dans l'âme de la vérité révélée et comme une structure interne de la personnalité du croyant. Et comment mieux nous imprégner de ces vérités qu'en méditant le *Credo* lui-même, résumé de ce que

nous croyons ? Sa méthode à lui, il met de longues années à la mûrir, à force de lectures, de réflexion et d'attention aux personnes qu'il conseille.

Vers 1821 il peut écrire : "Faire oraison, c'est élever son esprit et son cœur à Dieu pour se pénétrer en sa présence, par des réflexions aidées de ses lumières, de quelque vérité propre à nous rendre meilleur." Le but fixé à l'oraison est donc de se mettre en face de la vérité révélée, en **présence de Dieu**, de la comprendre le mieux possible, de juger sa vie et les événements à sa lumière et d'y conformer son comportement. Le P. Chaminade veut amener ses dirigés à une grande **pureté de conscience**, condition première de la rencontre avec Dieu et d'un apostolat authentique. Il est convaincu que la vérité purifie. L'oraison est donc le lieu par excellence où s'effectue la purification de l'âme, condition d'épanouissement de toutes les vertus chrétiennes. Le signe d'une bonne oraison, c'est la transformation chrétienne de la vie concrète.

L'oraison de foi est une oraison théologique. Le P. Chaminade place son disciple en face de la vérité révélée. Il ne s'agit pas de se laisser aller à l'imagination ou même au raisonnement. Nous ne voulons **connaître Dieu** qu'à travers ce qu'il nous a dit de lui-même. Nous ne pouvons **nous connaître nous-mêmes** qu'en nous regardant dans le miroir divin. Cette double connaissance s'acquiert et progresse avec la foi.

La foi n'est pas seulement un **contenu** objectif de vérités révélées et enseignées par l'Eglise. Elle

est aussi une **lumière intérieure** par laquelle Dieu élève l'âme à sa connaissance et à son amour. La foi devient ainsi une conviction de plus en plus forte et agissante dans notre vie morale, et par elle l'âme est divinisée. Elle nous met en communication avec Dieu.

Cette activité de Dieu dans l'âme n'empêche pas et ne dispense pas l'âme de produire sa propre activité dans l'oraison. En fait et au fond, notre activité vise surtout à nous rendre disponibles à l'action de l'Esprit Saint en nous. C'est d'une part une préparation, une mise en présence de Dieu ; c'est, après l'oraison, un effort de fidélité à la grâce reçue. Il faut faire travailler la **mémoire** pour se rappeler ce que dit l'Écriture à propos d'une vérité méditée ; il faut faire travailler l'**intelligence** pour confronter les textes bibliques les uns avec les autres et en dégager le sens. Mais l'intelligence est au service du cœur : ce qu'on vise, c'est aimer Dieu en ce qu'Il fait. Ainsi la **volonté**, éclairée par la Parole, s'engage dans des actions et un comportement qui découlent de l'oraison. L'oraison chaminadienne s'adresse à la personnalité globale par le travail des facultés et l'ouverture à l'action de l'Esprit Saint.

La *METHODE D'ORAISON SUR LE SYMBOLE* (1840)

Considéré par les Marianistes comme un des traités les plus importants du P. Chaminade, ce texte cristallise toute sa pensée sur l'oraison. Dans cette méditation du *Credo*, tout est **centré sur la foi** et l'exercice de la vertu de foi, source de la vie spirituelle. Un deuxième caractère s'en dégage : celui de **totalité**. Chaminade aime ce qui est universel. A travers le *Credo*, c'est à la totalité de la foi catholique qu'il demande l'épanouissement de la personne. Tous les dogmes sont des semences de vie. Il ne faut en rejeter aucun. Chacun est capable d'apporter à l'âme une purification propre. L'ensemble est nécessaire à la conversion du vieil homme en homme nouveau. Inséré comme un élément conscient dans l'immense **projet de Dieu** sur l'histoire humaine, le chrétien, à l'imitation du Christ, le Premier-Né, est conçu du Saint-Esprit, il naît de la Vierge Marie. Sa souffrance continue la souffrance rédemptrice du Christ, sa résurrection est résurrection avec le Christ et vie éternelle, déjà en cette vie par l'Eglise et un jour dans la Jérusalem céleste. La vie du chrétien est incompréhensible en-dehors de l'**union au Christ**. Le Symbole des Apôtres lui retrace son itinéraire spirituel, du baptême à la mort. Ainsi la méditation du *Credo* permet de réaliser plus rapidement l'idéal de l'oraison chaminadienne : connaissance de Dieu et connaissance de soi-même dans la lumière divine.

Au début, la récitation du Symbole des Apôtres peut paraître fastidieuse parce que l'esprit glisse sur les mots. Pourtant chacun de ces mots, vieux comme l'Eglise, est chargé de substance mystique. Chacun résume de vastes tranches de la Révélation et de la Tradition chrétienne. Dès que la foi s'accroche à lui, il s'illumine par l'intérieur, prend de plus en plus de relief et devient une nourriture inépuisable pour l'âme. Dans ce dépouillement total de la foi, l'**Esprit Saint** saisit l'âme et l'élève à la connaissance et à l'amour de Dieu. Ainsi la méditation sur le *Credo* est **une méthode**, mais pas au sens classique de démarche de la pensée par actes successifs, ou de processus méthodique. Elle tient compte du comportement global de la personne et l'amène au but de l'oraison.

L'oraison sur le Symbole peut être **sans cesse reprise**, parce que son objet divin est infini. Le P. Chaminade a médité lui-même pendant des années sur le *Credo*. On connaît certains de ses disciples qui ont médité sur le *Credo* pendant quarante ans ! Il y faut beaucoup de patience et de courage. Dieu n'est pas pressé.

La préparation de la rencontre avec le Maître, il faut la faire en **union avec Marie**, elle qui nous donne le Christ et qui nous donne au Christ. Sa maternité spirituelle lui fait jouer un rôle actif dans notre **conformité** progressive au Christ. Marie joue auprès du Christ total - l'Eglise de ses disciples bien-aimés - la mission maternelle qui était la sienne dans l'éducation du Christ

historique. Chaminade illustre le rôle de médiation maternelle de Marie par l'histoire de Rébecca, dans la Genèse, ou de Marie à Cana. Dans la pensée du P. Chaminade, l'esprit d'oraison et la dévotion à Marie se compénètrent intimement. *"L'esprit d'oraison doit être, écrit-il, avec la dévotion à la sainte Vierge, la vertu caractéristique d'un religieux de Marie."* Les deux préparent des **apôtres** pleinement engagés au service de Dieu et de l'apostolat de l'Eglise.

La pensée du P. Chaminade va plus loin que la simple formation spirituelle de ses disciples. Il n'avait fixé aucun costume spécial aux religieux de ses Instituts. Il avait perçu les **conditions nouvelles de vie et de relations** humaines qu'ouvrait pour le monde l'ère démocratique issue de la Révolution française. Il avait vécu lui-même à Bordeaux pendant la Terreur, se cachant sous toutes sortes de déguisements. Il savait, par expérience, que l'habit clérical peut éloigner parfois les hommes de Dieu. Cependant une **séparation** du monde reste nécessaire. Son intuition est d'avoir voulu un **costume** qui soit d'abord **intérieur**. La seule séparation efficace dans une vie apostolique mêlée intimement à l'existence quotidienne des foules est celle de la **sainteté**. Or **la foi** attaque les vices à leur source même, elle purifie le cœur et rectifie les puissances affectives jusque dans leur racine inconsciente. Elle structure l'organisme spirituel à l'image du Christ. L'amour-propre cède la place à l'amour du Christ. Alors seulement l'apostolat peut être abordé sans costume religieux et sans danger pour la vie

intérieure. Les murs d'un monastère ne protègent pas contre l'amour-propre. Par contre, un esprit de foi intense rend féconde la plus humble vie chrétienne. Ce but apostolique explique l'insistance avec laquelle le P. Chaminade demande l'oraison de foi dans la vie de ses disciples.

L'oraison chaminadienne est parfaitement appropriée aux militants d'Action Catholique. Elle les aide à acquérir une solide vie spirituelle et met à l'intérieur d'eux un principe de séparation du "monde". Ils ne peuvent "élever" les autres que s'ils vivent eux-mêmes de la vie du Christ, s'ils recherchent la sainteté. Comment se laisser transformer par le Christ si l'on ne se met pas, de façon régulière, en face de lui pour le regarder vivre dans l'Évangile, pour juger ses propres attitudes à la lumière de l'Évangile, pour orienter sa vie sans cesse dans le sillage de l'Évangile.

"Nous devons **être des images du Christ**, dit Chaminade ; ses actions doivent être les modèles des nôtres : pour faire une copie il faut d'abord jeter les yeux sur l'original".

Tel est le but de l'oraison de foi. Tout son déroulement a été conçu en fonction de ce but : se mettre en présence de Dieu, s'abandonner à l'action sanctifiante de l'Esprit Saint, s'unir à la prière maternelle de la Vierge, pour atteindre, par l'exercice de la vertu théologale de foi, à une ressemblance toujours plus grande avec Jésus-Christ, Fils de Dieu, devenu fils de Marie, pour sauver les hommes."

1. EN TOUTE CHOSE IL FAUT CONSIDERER LA FIN

In omnibus respice finem !

1.1. **Pourquoi** sommes-nous **sur la terre**, et que ferons-nous **dans la ciel** ? Quelle a été le but du Créateur en nous appelant à la vie ?

La foi répond que la fin de l'homme, dans le temps et dans l'éternité, c'est de **connaître** et par suite d'**aimer** et de **glorifier** Dieu. Tel est donc notre but le plus élevé, telle est notre destination la plus haute, et telle est la pensée de l'Esprit Saint lorsqu'il nous commande de considérer la fin en toutes choses afin d'orienter toutes choses vers cette fin.

1.2. Arrêtons un instant nos regards sur nos magnifiques destinées.

Dans le ciel nous verrons Dieu face à face, tel qu'il est, dans sa nature et son essence intimes. Cette vision céleste suscitera en nous un amour immense, aussi large et aussi fort que notre puissance d'aimer. Notre cœur est fait pour aimer, et pour aimer ce qui mérite vraiment d'être aimé. Au ciel, l'esprit lui montrera ce qui est infiniment aimable et son cœur le saisira avec une force irrésistible et, ivre d'amour et de bonheur, il louera, il exaltera avec délices les ineffables perfections de son bien-aimé. Abîmée en Dieu, comme dans un océan de lumières, toute inondée des ravissantes splendeurs de la divinité, notre intelligence sera

éternellement absorbée dans une contemplation extatique et fournira ainsi un éternel aliment au divin feu d'amour qui brûlera notre cœur sans le consumer, comme le feu du *buisson ardent*...

Voilà le ciel, voilà la vie que nous y mènerons, si d'abord nous menons notre vie ici-bas selon la volonté de notre Créateur. Tout notre bonheur sera de *voir*, d'*aimer* et de *louer* Dieu et de goûter ainsi le bonheur-même de Dieu.

1.3. **Déjà sur terre**, *cette vallée de larmes*, les mêmes éléments de bonheur nous sont proposés. Le bon Maître, que nous sommes appelés à servir, veut nous faire essayer, pour ainsi dire, la félicité, le bonheur, qu'il nous promet à la fin de notre pèlerinage. C'est pourquoi il nous fait voyager sur cette terre d'exil. Notre fin et notre unique but, c'est de le connaître, de l'aimer et de le glorifier. Quiconque n'atteindra point ce but, sera jugé impropre au royaume du ciel, et rejeté...

Tout notre bonheur ici-bas consiste donc à **voir** Dieu, à l'**aimer** et à le **servir**. Nous le voyons par la foi, réellement et tel qu'il est, non pas certes d'une manière directe, intuitive, mais, comme dit l'Apôtre Paul, *en énigme et dans un miroir* (I Co 13,12). La lumière de la foi, infaillible comme la lumière de la gloire du ciel, est essentiellement moins lumineuse et moins parfaite. Toutefois, elle éclaire assez les infinies perfections de notre Dieu, pour inonder le cœur pur de joie parfaite, d'ineffables délices, et lui faire désirer de toutes ses forces le terme heureux de son pèlerinage : être avec Dieu dans le ciel.

1.4. Rien ne coûte trop à l'âme qui a la foi, lorsqu'il s'agit de prouver son amour à son bien-aimé, et rien ne saurait le séparer de lui : *ni la mort, ni la faim, ni la soif, ni la nudité, ni la maladie, ni les persécutions, ni les injures, ni l'enfer, ni la terre, ni le ciel* (Rm 8, 38-39)... L'âme jouit, elle triomphe, elle est vraiment heureuse lorsqu'il s'agit de souffrir pour le Dieu que la foi lui montre et lui promet...

Il est donc évident que la fin de l'homme est de **connaître**, d'**aimer** et de **glorifier** Dieu. La foi, le bel ordre de la nature, et l'organisation, l'harmonie, plus ravissants encore de la religion, sont coordonnés à cette fin sublime. La **terre** est comme le **noviciat du ciel**, un lieu d'initiation pour le ciel : nous devons faire ici-bas ce que nous ferons éternellement dans la maison du Père, au sein de la divinité. Poursuivre cette fin, ce n'est pas facultatif : nous *devons* y tendre pour que déjà elle nous rende vraiment heureux dans le temps de notre vie terrestre, et surtout pour mériter d'être heureux dans l'autre vie. Telle est notre croyance. Nous croyons aussi que l'homme est incapable de lui-même à atteindre ce but, parce que le péché, en le dégradant, l'a rabaissé en-dessous d'une si noble destinée ; et parce que, de toute façon, dans l'ordre du salut il ne peut rien sans la grâce.

1.5. Le Sauveur du monde nous apprend lui-même que la **condition** indispensable **pour voir Dieu**, c'est d'avoir **le cœur pur** (cf. Mt 5,8). C'est donc en vain que l'âme serait éclairée des plus brillantes splendeurs de la foi si le cœur n'était pas pur. Cette

foi, retenue captive, ne servirait qu'à la rendre plus coupable et plus malheureuse.

1.6. Ainsi tous nos efforts, tous nos travaux, tous nos combats, doivent tendre à purifier notre cœur. Et c'est là effectivement tout l'objet du christianisme. Car, avoir le cœur pur, c'est n'aimer que Dieu, ne chercher que lui et ne tendre qu'à lui de toutes ses forces ; c'est fuir le péché et l'ombre du péché ; c'est observer les lois de Dieu, craindre sa justice, adorer ses volontés suprêmes ; en un mot, avoir le cœur pur, c'est pratiquer la foi, c'est mettre en oeuvre les leçons de la foi. On voit ainsi que la foi qui fait voir Dieu c'est celle qui purifie le cœur, c'est-à-dire la foi opérante, la foi active.

Or qu'est-ce que le **christianisme**, sinon la **pratique des enseignements de la foi** ? La foi nous dit que tous les fils d'Adam, par suite de la désobéissance de leur premier père, naissent esclaves de la triple **concupiscence : des yeux**, de la **chair** et de l'**orgueil** ; qu'au baptême, ces trois concupiscences sont, il est vrai, *soumises* à l'âme qui les domine, mais qu'elles ne sont pas *détruites*, et qu'elles militent sans cesse pour reprendre le pouvoir qu'elles ont perdu. Enfin la foi ajoute que le *monde* et l'*enfer* unissent leurs efforts aux efforts déjà trop redoutables de la *chair* pour perdre l'esprit.

Jésus-Christ n'est venu parmi nous que pour abolir notre honteux esclavage, et pour nous rendre capables de nous maintenir dans la liberté, car il nous a libérés par son amour jusqu'à la mort. Les moyens qu'il nous a laissés sont : les sacrements,

les vertus théologiques de foi, d'espérance et de charité (cf. I Co 13,13), les vertus morales, les dons du Saint-Esprit et sa loi. Certains de ces moyens sont pour l'esprit et les autres pour le cœur : tous concourent effectivement à purifier notre cœur et à nous faire voir Dieu. Mais il faut les mettre en oeuvre ; car Dieu a voulu que notre perfection soit certes son oeuvre mais pas au point de rendre inutile notre coopération.

"Lorsque Marie confrontait en elle-même tout ce qu'elle avait appris pour l'avoir lu, entendu ou vu, comme elle grandissait dans la foi, comme elle progressait en mérite, comme elle était éclairée par la sagesse, comme elle s'enflammait de plus en plus du feu de l'amour !

En revivant la révélation des mystères célestes qui lui avait été proposée, elle était comblée de joie, merveilleusement fécondée par l'Esprit, et elle s'élançait vers Dieu tout en demeurant dans l'humilité. De tels progrès dans la grâce divine élèvent jusqu'aux sommets et transfigurent de gloire en gloire.

Heureuse, certes, l'âme de la bienheureuse Vierge : habitée par l'Esprit et par son enseignement, elle obéissait toujours et en toutes choses aux ordres du Verbe. Elle n'était pas guidée par son sentiment personnel, par sa propre décision ; mais ce que la sagesse suggérait intérieurement à sa foi, elle l'accomplissait extérieurement par son corps. Il convenait bien à la divine Sagesse, qui bâtissait, pour y habiter, la demeure de l'Eglise, il lui convenait d'employer Marie la toute sainte pour procurer l'observance de la loi, la purification de l'âme, l'idéal de l'humilité et le sacrifice spirituel.

Imite-la, âme fidèle. Pour te purifier spirituellement et pouvoir te délivrer de la maladie du péché, entre dans le temple de ton cœur. Dieu y

regarde notre affection, les dispositions de notre cœur, plus que notre ouvrage, en tout ce que nous faisons. Aussi nous pouvons, par le désir de la contemplation, nous jeter en Dieu pour ne penser qu'à lui ; ou bien nous pouvons chercher notre équilibre par le progrès des vertus et des activités profitables à notre prochain ; en tout cela n'ayons pas d'autre mobile que l'amour du Christ. Voilà quel est le sacrifice spirituel de purification qui est agréable à Dieu. Il ne s'accomplit pas dans un temple matériel, mais dans le temple de notre cœur où le Christ Seigneur fait avec joie son entrée."

(Sermon de St Laurent Justinien - Liturgie des Heures, pour la fête du Cœur Immaculé de Marie)

2. DE L'ORAISON

2.1. Nous venons de voir que l'intention du Créateur, en nous appelant à la vie et au christianisme, était de nous permettre de le connaître, de l'aimer et de le glorifier ; nous avons vu que la foi est la lumière qui nous fait voir Dieu ici-bas, et qu'elle ne joue son rôle que dans les cœurs purs, c'est-à-dire dans les cœurs fidèles à ses divins enseignements. Enfin nous avons vu que le but de la mission du Christ Sauveur avait été de briser les fers de notre esclavage, de purifier et de recréer nos cœurs, pour nous rendre aptes à la fin sublime de notre existence.

Or, **parmi les moyens** que nous avons reçus d'atteindre un but aussi désirable, **l'oraison** est incontestablement celui où nous y travaillerons le plus efficacement ; c'est là surtout que nous pouvons vider plus facilement notre cœur de tout ce qui n'est pas Dieu. Quelques réflexions sur la nature et la conditions de ce saint exercice qu'est l'oraison suffiront pour nous en convaincre.

2.2. L'oraison est un **dialogue intime**, une communication réciproque entre **nous et Dieu**, un saint **échange de l'âme avec Dieu**, échange merveilleux où un Dieu ne dédaigne pas de se faire connaître à une pauvre petite créature et de la faire pénétrer dans la profondeur de ses desseins éternels ; un échange où l'âme, après avoir contemplé, à la lumière de la foi, les grandeurs infinies de la divinité, ses adorables perfections,

les plans de sa sagesse et le ravissant ensemble de ses oeuvres, s'abaisse en voyant sa propre petitesse, admire et adore la bonté de ce grand Dieu qui daigne l'accepter en sa présence. La beauté du ciel, les bienfaits dont elle a été comblée, les excellences de son Dieu, sa sainteté et sa justice, et, de son côté, la hideuse dégradation causée par son état de pécheur, son énorme ingratitude, le souvenir de ses mauvaises actions, la vue de sa faiblesse, agitent tour à tour son cœur par les sentiments profonds du regret et de la douleur, de l'amour et de l'espérance, de la honte et de l'effroi.

Qui pourrait dire ce qui se passe dans une âme éclairée par la foi, en présence de son Dieu ? Quelles délices inexprimables, quelles **joies** pures, que de douceur jusque dans les larmes qu'elle répand ! Et puis, que de **lumières** lui sont communiquées à proportion qu'elle s'abîme dans le mépris et l'oubli de tout ce qui n'est pas Dieu : lumières sur Dieu, qu'elle trouve de plus en plus digne d'être aimé ; lumières sur elle-même, dont elle approfondit de plus en plus la petitesse et l'indignité ; lumières sur la créature, dont elle se détache rapidement. Son cœur se purifie, sa foi augmente ; et si elle continue d'être fidèle à la grâce, elle arrive bientôt à cet heureux **état** où, abîmée en Dieu, elle s'oublie totalement elle-même pour contempler et ne faire que contempler les infinies perfections de Dieu.

2.3. Considérée sous son véritable point de vue, **l'oraison** est essentiellement **fondée sur la foi** :

son objet et son instrument doivent être la foi. Emportée sur les ailes de la foi, l'âme s'envole, pour ainsi dire, jusque dans le sein de Dieu, pour contempler et admirer à leur source les vérités les plus hautes de la révélation ; elle les considère, ou dans leur magnifique ensemble, ou les unes après les autres ; elle décompose, elle analyse à propos de chacune les éléments de sa croyance ; elle cherche à en pénétrer les secrets adorables. L'âme ne dédaigne pas les détails les plus minutieux, les principes les plus simples, les vérités les plus communes : pourvu que la foi les lui présente, elle ne les considère plus que comme des choses dignes de l'occuper tout entière. Mais dans l'oraison, l'âme ne se borne pas à considérer et à étudier les divers éléments de la foi ; elle en examine les fondements, la certitude, la beauté, l'excellence et le bonheur, et, déplorant la folie et le malheur de ceux qui ne croient point, elle considère avec humilité le fait d'avoir été éclairée de préférence à tant d'autres ; elle remercie et vante la royale magnificence de son Dieu.

2.4. Après avoir ainsi contemplé les grands objets de notre foi, - Dieu et soi -, l'âme cherche à **se rendre compte de sa foi** ; et bientôt, frappée de la voir si faible et si mourante, elle s'y exerce avec ardeur, disant à Dieu avec les Apôtres : "Seigneur, augmente en nous la foi !" (Lc 17,5) ou avec le centurion : "Seigneur, je crois, mais viens en aide à mon peu de foi !" (Mc 9, 24)

2.5. Puis, en comparant sa foi, toute faible, toute misérable, avec sa conduite passée et présente, elle

se sent pleine de regret, de confusion et de douleur. Elle se fait toute petite devant Dieu. Elle est tout étonnée de se voir aussi vile, aussi ingrate, et, en même temps, aussi favorisée par de nombreuses grâces et de nombreuses faveurs célestes. Elle reconnaît volontiers son indignité et ses misères.

2.6. Comme elle admire de plus en plus la grande, l'ineffable bonté de son Dieu qui, au lieu de la foudroyer comme elle le mérite, l'accepte en sa présence, la comble de biens, et la presse de revenir à lui : comme s'il avait besoin de ses hommages !

2.7. C'est ainsi que l'âme, dans l'oraison de foi, apprend à **connaître Dieu** et à **se connaître elle-même** ; et ces deux connaissances sont tellement unies, qu'avancer dans l'une, c'est avancer parallèlement dans l'autre.

A force de connaître mieux les infinies **perfections de Dieu**, elle s'attache à son amour avec plus de force, elle est capable de plus de sacrifices.

A mesure qu'elle **se connaît** mieux **elle-même**, elle s'abaisse, elle s'anéantit davantage dans la conviction, dans l'évidence intuitive de ses faiblesses, de ses misères et de ses imperfections ; elle ne se reconnaît vraiment pas digne d'amour. Elle finit par demander au ciel la grâce de ne plus se surestimer ni trop s'aimer elle-même.

2.8. La connaissance de Dieu, d'une part, et de sa propre insignifiance, d'autre part, lui fait découvrir,

de plus, combien est vilain et **odieux le péché** qui attaque la majesté infinie de Dieu, blesse sa haute sainteté, et défie son irréprochable justice ; le péché d'une faible créature qui n'a rien, qui ne peut rien, qui dépend en tout de celui qu'elle abuse pour l'offenser. Alors sa douleur s'agrandit, ses regrets deviennent plus poignants, son cœur se déchire ; elle crie vers le ciel pour implorer sa grâce en même temps que la juste punition qu'elle mérite de la part du Seigneur.

Alors son **humilité** prend racine ; la pénitence et la mortification lui deviennent chères ; comme Job, elle bénit la Providence pour les maux qu'elle permet (cf. 2,10)... Alors son cœur se purifie, l'amour divin s'y établit, et l'âme qui contemple Dieu par la foi commence à savourer les avant-goûts du ciel.

2.9. Nous venons de tracer rapidement la **nature**, l'**objet** et l'**instrument** de l'oraison ; ajoutons quelques mots sur ce qui **motive** l'âme dans cet admirable échange interpersonnel et la fait progresser.

Il ne faut **pas** croire que faire oraison c'est **suivre** son esprit et **ses idées propres** dans la considération des grands objets de notre foi. Une oraison de cette nature ne mènerait à rien de bon : tout au plus elle pourrait servir à approfondir un sujet d'étude ; ce qu'il y a de certain, c'est qu'elle développerait infailliblement la suffisance et l'orgueil de l'esprit.

2.10. L'âme qui se tient devant son Dieu, toute

pénétrée de la grandeur et de l'excellence de ce Dieu, en même temps que de sa propre petitesse et de ses profondes misères, s'abaisse et adore, **invoque l'assistance** divine du **Saint-Esprit** et de l'auguste **Marie**, et puis **se laisse conduire** par ces guides éclairés ; elle se garde bien de suivre ses propres lumières, parce qu'elle en a reconnu la vanité, la faiblesse et l'insuffisance. Si pendant l'oraison elle fait des considérations intellectuelles ou porte des jugements de valeur, c'est parce que l'Esprit de Dieu l'y pousse : elle n'a besoin que d'ouvrir les yeux de son âme à la lumière de la foi, et dès lors elle voit, elle admire, elle contemple, elle s'estime heureuse de voir et de contempler ; elle loue Dieu, elle le remercie, elle déplore sa propre ingratitude et invoque le pardon de Dieu...

2.11. Quand on parle d'oraison parmi les personnes qui ne connaissent effectivement pas grand chose à la vie spirituelle, on en parle comme d'un exercice dans lequel seule une certaine classe de gens pourrait réussir. On se figure d'abord qu'une condition indispensable à l'oraison, c'est l'instruction : un homme du peuple, un illettré, dit-on, ignorant, peu instruit sur ses devoirs religieux, serait par le fait même tout à fait inapte à l'oraison...

Etrange illusion ! perfide ruse de l'esprit des ténèbres ! Car **cet homme du peuple**, ce pauvre religieux domestique qui ne sait même pas lire, je suppose, est pourtant bien appelé à voir Dieu dans le ciel, à l'aimer et à le louer, comme vous ; il est aussi bien appelé que vous à connaître, aimer et

servir Dieu ici-bas, et vous voulez qu'il soit incapable de faire oraison, c'est-à-dire de pratiquer un exercice qui a pour raison d'être d'apprendre à connaître Dieu et à se connaître soi-même ? Pour être logique, dites plutôt, si vous l'osez, qu'il est impropre à connaître Dieu, impropre à l'aimer, impropre à le servir, ou bien qu'il est condamné à aimer et à servir Dieu sans le connaître !

Sans doute, il est incapable de pratiquer cette espèce d'oraison qui consiste davantage à faire travailler l'esprit humain qu'à laisser agir Dieu dans la personne humaine ; cette oraison qui ressemble plus à une thèse théologique ou philosophique qu'à une considération de foi. Mais ce genre d'oraison n'est pas autre chose qu'une étude plus ou moins sèche, où l'esprit et le raisonnement jouent un rôle plus important que la foi et le cœur. J'avoue qu'il est heureux d'être inapte à un tel genre d'oraison puisque qu'il constitue plutôt un dangereux écueil pour la foi et pour l'humilité qu'un solide avantage.

Il est probablement impropre à ce genre sublime d'oraison auquel sont parvenus les **grands saints** que sont Thomas d'Aquin, Bonaventure, Bernard. Et encore, peut-on dire cela, puisque après tout, c'est l'Esprit Saint lui-même qui est l'initiateur de l'âme droite et simple qui pratique l'oraison ? Il faut lire les exemples de tant de saints ermites, de la plupart des moines qui ont peuplé les déserts et qui ignoraient généralement les connaissances les plus indispensables ; les saints les plus grands, tels que les Antoine, les François

d'Assise, les Ignace, les Rodriguez... et puis tant de laïcs qui n'avaient pas reçu une instruction ni une éducation très poussées et qui se sont pourtant montrées très expertes, très éclairées dans les voies de l'oraison la plus sublime... Quand on lit la vie des Pères du désert et les Vies des Saints, on ne peut plus croire que les gens peu instruits comme le commun des fidèles, soient incapables de bien faire oraison.

2.12. **L'instruction** serait-elle donc parfaitement **inutile dans l'oraison** ? - Non, il ne faut pas dire cela. Si elle n'est peut-être pas indispensable cela ne veut pas dire qu'elle soit inutile. Ma pensée est que celui qui croirait faire oraison en étalant, en la présence de Dieu, les plus belles considérations sur une vérité quelconque, à supposer même que ce soit sans orgueil de sa part, serait dans la plus grossière erreur. Il ferait tout au plus une répétition utile de ce qu'il a étudié. La personne qui se tient en présence de son Dieu ne lui fait ni grands discours ni longs raisonnements mais elle écoute l'Esprit Saint et le prie de parler lorsqu'il paraît se taire. Eclairée par la foi, appuyée sur l'espérance et embrasée par la charité divine, la personne qui fait oraison s'élève à Dieu sans crispation et sans effort.

2.13. Si l'oraison la mieux faite était celle où l'âme a développé les plus belles et les plus justes considérations intellectuelles, il faudrait conclure que la contemplation n'est pas aussi parfaite que la **réflexion intellectuelle**, puisqu'on se tient dans l'oraison comme une idiote, (passez-moi la

comparaison) qui ne sait que voir, c'est-à-dire comme un enfant qui ne sait que regarder, sans rechercher ni les pourquoi ni les comment... Or, une telle conclusion est évidemment contraire aux principes.

2.14. Si on me demande **quel usage légitime** on peut faire dans l'oraison **de ses talents et de ses connaissances**, je répondrai à cette question difficile.

On rencontre des confesseurs qui, en se basant sur les aveux de leurs **pénitents**, conseillent à ces derniers de vaquer à une **autre occupation** qu'à l'oraison, puisqu'ils n'y font que peu ou pas de progrès ; ils leur prescrivent donc d'autres pratiques de piété, comme des lectures et des prières vocales.

Quelle illusions ! Au lieu de rechercher la cause du mal pour en stopper les conséquences, comment peut-on proposer à quelqu'un de renoncer à l'oraison, un exercice aussi indispensable à toute âme qui veut marcher dans les voies de la perfection ?!

Le pénitent se plaint qu'il ne peut faire oraison et qu'il est continuellement distrait, agité par les pensées les plus bizarres pendant ce saint exercice ; habituellement tranquille, il suffit qu'il se livre à l'oraison pour être assailli par les distractions : en conséquence, il gaspille son temps, il offense Dieu au lieu de lui plaire... Mieux vaudrait, conclut-il, ne plus faire oraison pour un temps... Et il demande l'avis de son directeur

spirituel, qui osera répondre gravement : "Il paraît que le bon Dieu, pour vous éprouver, se retire de vous. Eh bien ! prenez patience, et attendez le moment où il se rapprochera de nouveau de vous ; mais entre temps, faites telle ou telle bonne oeuvre à la place de votre oraison."

2.15. Quelle décisions ! Evidemment, elle fait plaisir au pénitent qui l'a sollicitée ! Plus d'oraison jusqu'à ce que Dieu revienne : c'est-à-dire, "restez loin de Dieu, tant que Dieu restera lui-même loin de vous ; et tenez ferme jusqu'à ce qu'il se rapproche de vous, et puis vous vous rapprocherez de lui". Celui qui prend une décision aussi carrée ne sait sans doute pas qu'une sainte **Thérèse d'Avila** resta fidèle pendant dix ans à faire l'oraison, alors que c'était pour elle un supplice ; et que pendant une période d'épreuve aussi terrible, elle multipliait ses oraisons et ses visites au Saint-Sacrement, malgré que c'était pour elle un martyre. Thérèse n'aurait sans doute pas approuvé la décisions du pénitent dont nous venons de parler. Un saint Jean de la Croix était délaissé de Dieu des années entières, et n'en était pas moins fidèle ; un saint François de Sales comme un saint Ignace furent aussi éprouvés de la sorte ; mais au moment même de ces délaissements, ils n'avaient pas idée de se retirer de l'oraison : au contraire, ils s'y appliquaient davantage. Il suffit d'ouvrir les Vies des Saints pour trouver d'autres exemples.

2.16. Je dirais donc aux personnes qui se plaignent de leurs **sécheresses** et de leurs **distractions** :

1. Comment vous y prenez-vous pour faire oraison ?

Quel zèle, quelle bonne volonté y apportez-vous ?

Quels efforts faites-vous pour repousser les distractions qui vous assiègent ?

2. Quelle est la nature de ces distractions ?

Viennent-elles de l'esprit ou viennent-elles du cœur ?

Comment repoussez-vous les unes et les autres ?

3. Quelles sont, en définitive, les causes de toutes ces sécheresses et de toutes ces distractions ?

2.17. Ces **causes** sont **de deux sortes**, les unes positives, et les autres négatives ; les unes, qui sont la **versatilité** de l'esprit, l'orgueil du cœur, le tempérament, les passions ; les autres, qui ne sont qu'**un manque** de soins et de préparations, un manque des dispositions indispensables à l'oraison. On n'improvise pas l'oraison : je veux dire qu'on ne va pas à l'oraison sans préparation aucune, et que celui qui y va de la sorte est coupable des obstacles qui viennent de sa négligence et son insouciance.

2.18. Le résultat d'un tel examen fait consciencieusement serait inévitablement celui-ci : **gardez-vous d'abandonner l'oraison !**

C'est votre faute si elle vous coûte tant ; commencez par vivre de manière à contenter davantage l'Esprit de Dieu, et tout ira bien ; faites

d'abord votre possible et le Saint-Esprit fera le reste.

Nous dirons plus tard les dispositions dans lesquelles il faut être habituellement pour bien faire oraison.

Lorsque ces sécheresses **viennent de Dieu**, alors que l'âme se garde bien de s'attrister et de prendre l'oraison en dégoût ; qu'elle prenne courage, qu'elle s'humilie en se disant qu'elle est tout à fait indigne que Dieu se communique à elle.

Les sécheresses qui viennent de Dieu sont plus rares qu'on ne pense ; souvent on attribue à Dieu ce dont il est plus peiné que l'âme elle-même. C'est au sage directeur spirituel à savoir distinguer ce qui vient de Dieu de ce qui ne vient pas de lui. Lorsqu'on examine sérieusement l'ensemble de la vie, et les efforts et les sentiments de l'âme qui avoue ces sortes de sécheresses, il est difficile de se tromper parce que tout porte le sceau de l'action divine.

3. METHODE D'ORAISON

3.1. **Il y a beaucoup de méthodes et peu d'hommes d'oraison.** D'où cela vient-il ? Est-ce la faute des méthodes, ou bien celle des personnes qui suivent ces méthodes ? Ou encore la faute ne viendrait-elle point à la fois des méthodes et des hommes qui les suivent ? Il ne nous appartient pas ici de juger. Les hommes de Dieu qui nous ont laissé des méthodes avaient des lumières peu communes sur les voies de la perfection ; blâmer les moyens qu'ils ont enseignés pour faire des progrès dans la perfection, ce serait faire preuve d'orgueil et manquer en même temps au respect que nous leur devons. Reconnaissons et ne craignons pas d'avouer que ces méthodes en général sont bonnes, très bonnes même, et très capables de conduire à l'oraison la plus sublime ; mais, tout en leur accordant les louanges qu'elles méritent, ne leur donnons pas une importance exclusive, et ne pensons pas que les saints auteurs de ces méthodes s'imaginaient qu'il n'existait pas de meilleures méthodes que les leurs. Les méthodes, variables par leur nature, ne conviennent pas à tous les temps, à tous les lieux, ni à toutes les personnes ; elles ne conviennent même pas forcément aux mêmes personnes dans toutes les époques de leur vie. Le but et l'objet de ces méthodes, c'est d'apprendre à l'âme la manière de s'entretenir avec Dieu, de lui **donner** comme **les rudiments de l'oraison**, c'est-à-dire de diriger et de conduire ses premiers pas dans ce saint

exercice. Mais une fois que l'âme s'y est un peu exercée, elles cessent peu à peu d'avoir la même importance ; on finit même par les abandonner, comme l'enfant lâche la main de l'adulte, une fois qu'il sait et qu'il peut marcher seul.

3.2. Notre méthode, à nous, c'est de n'en point avoir ; ou plutôt, si l'on veut donner le nom de méthode à la pratique que nous allons exposer, **voici notre méthode.**

Nota : Avant de l'exposer, il est bon de rappeler en deux mots les principes généraux que nous avons énoncés plus haut sur notre fin et sur l'oraison. Créés pour connaître, aimer et louer Dieu, nous ne devons vivre que pour remplir cette sublime tâche. Toutes nos pensées, toutes nos affections, tous nos soupirs, toutes nos actions doivent être pour Dieu : quoi que nous fassions et quoi que nous disions, tout doit remonter vers l'auteur de notre être. C'est St Paul qui le dit expressément (cf. I Co 10,31) ; et telle est la foi de l'Eglise.

Dans l'oraison l'âme fait à Dieu **le plus grand des sacrifices**, celui de **sa raison**, par la foi. Elle apprend à connaître elle-même, double connaissance qui la conduit à aimer, à louer Dieu, comme il le demande. **L'oraison** doit être **toute de foi**, rouler sur les vérités de notre foi, et à la lumière de la foi. L'âme est, par elle-même, incapable de faire oraison ; il faut qu'elle s'abandonne à la direction de l'Esprit de Dieu, pour ne considérer que ce qu'il inspire et qu'autant qu'il l'inspire, sacrifiant ainsi ses propres lumières, pour ne suivre que *l'attrait divin*.

3.3. La pureté du cœur est tout le but de l'oraison

C'est de ces principes, bien compris et bien entendus, que nous déduisons la pratique de l'oraison, qui nous paraît conduire plus directement et plus efficacement à la *pureté du cœur*, c'est-à-dire à la *vue de Dieu*. Cette pratique, par sa simplicité extrême et par sa lumineuse clarté, convient à toutes sortes de personnes. Elle a pour elle la sanction de l'expérience. Du reste, elle est sûre et éclairée, puisqu'elle a la foi pour *principe*, pour *objet*, et pour *moyen*.

4. PRATIQUE POUR LES COMMENÇANTS

4.1. Celui qui veut entrer dans les voies de l'oraison doit commencer par l'*oraison mixte sur le Symbole des Apôtres*. (cf. 4.16 pour le sens de l'expression)

Après s'être **mis en la présence** de Dieu, comme nous l'indiquerons plus tard, il **récitera** d'abord une fois le Symbole, avec toute l'attention dont il sera capable ; puis il répètera mentalement cette récitation, **article par article**, réfléchissant sur chacun et le méditant aussi longtemps qu'il sentira quelque attrait intérieur, et passera au suivant dès qu'il ne sentira plus rien, pour ne pas ouvrir la porte aux distractions.

4.2. Si quelques articles ne suscitent dans son cœur **aucun sentiment**, il ne s'y arrêtera point, parce qu'il ne faut point d'effort ni de tension intérieure pendant la méditation. Si l'Esprit de Dieu est comme muet, ce n'est pas en insistant d'une manière qui est toujours pénible, qu'il le fera parler. Que faire alors, sinon de s'humilier, de reconnaître la petitesse et la fragilité, l'imperfection et le peu de vivacité de sa foi, et d'en demander brièvement à Dieu l'heureux accroissement.

4.3. Si le commençant est intérieurement disposé de telle sorte qu'il ne puisse s'arrêter qu'une minute sur chaque article de foi sans être distrait, qu'il ne s'arrête qu'une minute ; s'il peut encore moins, qu'il

s'arrête moins ; mais qu'il ait soin de se tenir toujours attentif, en laissant passer les **distractions** dans son esprit comme des nuages qu'emporte le vent. Et qu'il se contente de réciter son Symbole, deux, trois, quatre fois si c'est nécessaire, pourvu qu'il le fasse avec toute l'attention possible.

Le but, c'est d'abord, de l'habituer à passer le temps de son oraison d'une manière aussi peu agitée que possible par les distractions, et la seule chose que l'on exige, c'est de la bonne volonté.

4.4. On pose **en principe** qu'après avoir ainsi rempli son temps d'oraison avec toute la fidélité dont il a été capable, pendant quelques jours, bientôt il n'aura plus le temps de passer en revue dans son esprit plusieurs fois chaque article du Symbole. L'attrait divin grandira en lui en proportion de sa fidélité ; quelques articles en particulier le frapperont plus que d'autres ; il s'y arrêtera davantage et y reviendra au cours de la journée, le plus qu'il pourra, pour réitérer ses actes de foi, d'espérance et d'amour.

4.5. Même si on fait beaucoup de progrès dans cette pratique, même si on manifeste beaucoup de bonne volonté, on ne se dispensera pas encore de réciter d'abord le **Symbole tout entier**, afin d'exercer sa foi sur son magnifique ensemble ; puis on s'arrêtera sur les principaux articles, on les méditera, on fera des actes de foi à leur sujet, en y rattachant un à un tous les autres articles.

4.6. La **manière** dont on doit s'exercer sur chacun est facile. Je prends, **par exemple**, le deuxième

article : je *le récite* mentalement avec toute l'attention possible, et puis, je me tiens *en silence*, écoutant l'Esprit de Dieu. Je sens quelque *attrait intérieur* à contempler Jésus-Christ comme Sauveur ou comme Fils de

Dieu ou comme Roi, Prêtre, et Prophète ; eh bien ! je *m'arrête* à le considérer sous le point de vue qui me touche. J'interroge ma foi, je la compare avec *ma conduite* ; je vois, par ma conduite, combien ma foi est faible et imparfaite ; et alors je *m'humilie*, je fais des actes de foi, et je *demande* au Bon Dieu qu'il daigne l'augmenter. Puis **j'adore** Jésus-Christ sous le point de vue qui m'a touché ; je lui *demande pardon* de l'avoir méconnu jusqu'alors.. Enfin, j'écoute ce que ma foi *me prescrit* pour l'avenir à l'égard de ce mystère, et j'implore de la bonté de Jésus-Christ et de sainte Mère *la grâce* d'y être fidèle.

4.7. Après cela, je passe à un autre article, ou à une autre considération, et je poursuis de la sorte, soit en expliquant chaque mystère, soit en cherchant à m'en rendre compte, soit en tirant les instructions pratiques qui en découlent, en comparant ma conduite avec les devoirs que la foi me fait voir clairement. **Ainsi**, pour m'arrêter à cette dernière considération, serait-il possible d'examiner la **sainteté de Dieu** sans y voir pour moi l'obligation de la plus grande **horreur pour le péché** ? Et lorsque j'ai acquis cette certitude de foi sur l'horreur due au péché, horreur qui doit être aussi immense que Dieu lui-même, ne suis-je pas naturellement porté à comparer l'horreur que j'ai

avec celle que je devrais avoir ? Combien peu j'en avais lorsque je me livrais au péché ; combien peu il m'en reste, aujourd'hui que je commets le péché si facilement ; et par suite, ne suis-je pas amené à faire **amende honorable** à Dieu pour le passé et à lui demander pour le présent une réelle horreur du péché ?

4.8. J'arrive au **mystère du Fils de Dieu fait homme**.

Je considère ou la sagesse ou la puissance, ou la bonté de Dieu... dans ce mystère ; l'anéantissement du Fils qui ne craint pas de revêtir la forme de l'esclavage (cf. Phil 2) ; et je mesure la grandeur du mal de l'homme à l'excellence du remède divin contre ce mal.

Je considère un à un tous les **prodiges** de ce mystère : un Dieu conçu par une opération divine dans le sein d'une Vierge ; une Vierge qui conçoit sans cesser d'être Vierge ; un Dieu caché sous l'informe enveloppe d'un corps à demi formé dans le sein d'une femme. Et ce Dieu ainsi caché, ainsi anéanti, est le Dieu de l'univers ; et ce Dieu ainsi caché a conscience de sa position et en subit les pénibles rigueurs ! Et ce Dieu se soumet de la sorte pour l'homme, pour l'homme ennemi, pécheur, coupable endurci. Et ce Dieu naît comme l'homme : comme l'homme il est faible et souffrant ; il dépend de sa Mère, il a tous les dehors d'un enfant : il pleure, il crie comme un enfant, et cet Enfant, c'est Dieu ! Un Dieu qui croît en sagesse aux yeux des hommes à mesure qu'il grandit en âge ! Un Dieu, passer pour le fils d'un

artisan ! Un Dieu soumis à cet artisan ! travaillant avec lui pour gagner sa nourriture comme un fils du coupable Adam...

4.9. J'exerce ma foi sur chacune de ces merveilles, et puis je cherche les **conséquences** qui en découlent pour ma conduite. L'humilité, la reconnaissance, et l'amour sont autant de conséquences nécessaires de ma foi sur ce grand mystère ; et de ces conséquences comme principes, découlent d'autres vérités pratiques, que je réalise à la lumière de la foi et dont je demande à Dieu et à son Fils l'heureuse acquisition.

4.10. Si j'arrive au **dernier article, la vie éternelle**, j'exerce ma foi sur cette vérité ; puis je cherche à en acquérir une juste connaissance. Qu'est-ce que la vie éternelle ? Est-ce la vie présente ? Si ce n'est pas la vie présente, il y en a donc une autre ; cette vie éternelle ressemblera-t-elle à celle-ci ? Quelle différence y a-t-il entre l'une et l'autre ? Combien de sortes de vie éternelle ? **Le paradis et l'enfer.**

Le paradis, je crois au paradis ; je suis fait pour le paradis ! Que ferai-je dans le paradis ? Si je suis fait pour le paradis, et que le paradis soit une vie si délicieuse et éternelle, je dois donc faire peu de cas de la vie d'ici-bas ; je dois mépriser les joies et les plaisirs de celle-ci ; je dois tout faire pour jouir de la vie éternelle.

Or, que faut-il faire ? Dieu me l'a dit : suis-je fidèle à l'observer ? Si je ne suis pas fidèle, je ne

veux donc pas du paradis ? Lorsque j'offense Dieu, je ne pense donc pas au paradis que je perds ? ...

Je repense au passé ; douleur, regret,... amende honorable, ferme propos, espérance, actions de grâces au Bon Dieu, qui nous laisse encore le temps d'acquérir le Ciel : tout sort de mes considérations sur la vie éternelle, tout y est renfermé.

Et si je porte les yeux sur *l'enfer*, que de réflexions, que de considérations ! Que sont les peines de la vie terrestre à côté de l'enfer ! Que valent ces faux plaisirs de la vie à côté de l'enfer qu'ils nous procurent ?... Il suffit de s'abandonner simplement à l'Esprit de Dieu qui donnera ses lumières vives sur toutes les vérités.

Ces sortes de considérations nous donnent une idée de celles que l'Esprit de Dieu suggère.

4.11. Nous ne croyons pas qu'il soit possible de s'arrêter de la sorte sur chaque point du Symbole dans une seule oraison, parce que ce serait croire l'impossible. **Le Symbole a de quoi occuper toute la vie humaine** ; que dis-je, toute l'éternité, puisque les saints dans le ciel seront éternellement dans la contemplation de la divinité.

4.12. **Quand on commence** à faire oraison, on ne s'arrête pas longuement sur chaque article ou réflexion, parce qu'on se propose surtout de couper court aux distractions. Pour cela, on se permet de s'arrêter seulement quelques instants sur chaque article, et même on se défend de s'arrêter sur ceux qu'on ne goûte pas ; afin que l'esprit ne s'ennuie

point, et que le manque de goût de l'esprit n'entraîne pas la démobilisation de la volonté.

Une fois qu'on est parvenu à une attention telle qu'on peut passer tout le temps de l'oraison d'une manière assez tranquille, on peut s'arrêter un peu plus ; mais on exige toujours des uns et des autres de ne pas s'arrêter sur les articles qui ne touchent point, de s'arrêter peu sur ceux qui touchent peu, et davantage sur ceux qui touchent davantage. On recommande aussi à chacun de revenir au cours de la journée sur les choses qui ont frappé à l'oraison, et d'y exercer beaucoup sa foi.

4.13. On exige de tous une **instruction** suffisante et proportionnée aux dispositions de l'esprit sur le Symbole ; ceux qui ne peuvent apprendre que les instructions de leur catéchisme s'appliqueront à bien les comprendre ; ceux qui pourront davantage feront des lectures plus approfondies sur cette matière. Il faut se former pour mieux comprendre.

On exige enfin une véritable **volonté**, un dévouement réel. Il n'y a rien à espérer de la part de celui qui ne veut pas. Or, il semble que pour celui qui veut effectivement faire oraison, il suffira de le faire entrer sérieusement dans la pratique que nous avons exposée.

D'abord, il est certain qu'il ne faut pas de grands efforts de volonté pour se tenir attentif une minute ou deux, au moins, sur chaque article du Symbole. Ensuite, pour peu que la personne soit fidèle à rester attentive, et à écouter l'Esprit de

Dieu qui lui parlera infailliblement si elle est tranquille, peu à peu elle goûtera les vérités du Symbole ; elle y trouvera quelque attrait ; elle aimera à s'y arrêter et à y revenir... Elle commencera de comprendre que *le Symbole est effectivement un vaste sujet d'oraison*, et surtout un bon sujet où l'on ne trouve que plaisir et lumières ; elle commencera à aimer vraiment les vérités de la foi, celles surtout qui la frapperont davantage.

Si des distractions surviennent, elle les laissera de côté, ne s'en occupera point : les considérant comme des importunes et des ennemies qui veulent entrer chez elle pour la priver des consolations qui lui sont offertes, elle ne leur ouvrira point la porte de son esprit ; que si elles forcent la porte, eh bien ! elle aura recours à Dieu, et au Symbole, qu'elle se mettra à réciter aussi bien que possible, et de la sorte, elle déjouera le démon, qui se retirera tout confus. A supposer que tout le temps de l'oraison se soit ainsi passé à combattre des distractions, eh bien, ce serait une oraison si bien faite et si méritoire, que si la personne remportait ainsi plusieurs victoires sur le démon, celui-ci finirait par la laisser en repos. D'ailleurs, le Bon Dieu, voyant les efforts de fidélité qu'elle fait, vient à son aide, et la récompense largement tôt ou tard.

4.14. On se figure, en commençant, **qu'on se fatiguera** bien vite de revenir toujours aux mêmes vérités, toujours au Symbole... : folie ! Si l'on est fidèle à suivre la pratique indiquée, on ne tardera pas à se convaincre du contraire.

On se figure aussi qu'on ne parviendra jamais à faire oraison une demi-heure sans être distrait... : autre folie, autre illusion, aussi funeste que la première.

4.15. La pratique que nous proposons est, de toutes les méthodes, la plus **apte à éloigner les distractions**.

Quelques réflexions pour appuyer cette assertion.

1. Notre pratique est à la fois pour l'**esprit** et pour le **cœur** ; notre oraison est à la fois un exercice de méditation (esprit) et d'affection (cœur). La manière dont elle dispose les considérations intellectuelles est si variée, les sujets à considérer sont si multiples, que l'esprit passe de l'un à l'autre, selon que le cœur est touché ou ne l'est pas, sans donner prise à l'ennemi. Si vous ne pouvez que réciter, vous vous contentez de la récitation ; si vous pouvez faire des considérations intellectuelles, vous le faites ; dans tous les cas, vous vous exercez dans la foi, puisque vous formulez plusieurs actes de foi, et de cœur et de bouche ; et de la sorte, le temps que vous passez à l'oraison est partagé entre plusieurs actes, divers par nature, et propres, par leur variété, à fixer davantage l'attention.

2. Je connais la **difficulté pour un commençant** de méditer **une demi-heure** sur une vertu chrétienne, sans trop de distractions, ou sur une seule et même vérité. Son cœur étant peu ou très peu ému, son esprit, entraîné par la faiblesse des sentiments du cœur, s'égaré au premier souffle de la distraction.

Mais le danger de la distraction sera beaucoup moins grand si vous occupez votre esprit par un sujet d'oraison où les deux, l'esprit et le cœur, trouveront de toute façon à choisir.

4.16. Mais, dira-t-on peut-être, cette pratique d'oraison que vous proposez n'est pas **une vraie méthode** ; ou plutôt, l'oraison que vous faites faire, en la suivant, n'est pas une véritable oraison.

Je réponds : 1. Tous les Pères de la vie spirituelle ont reconnu que c'était une véritable oraison. Le nom dont ils ont cru devoir la désigner le prouve : c'est, disent-ils, une **oraison mixte**.

2. Je dis que c'est une véritable oraison, et il ne m'est pas difficile de le prouver : **le but et le grand objet de l'oraison**, c'est sans doute de *purifier le cœur* et de disposer l'âme à *voir Dieu*. On ne peut *voir Dieu* ici-bas qu'à la lumière de la foi ; et cette lumière qui est un don de Dieu, est plus ou moins vive, plus ou moins parfaite selon que l'âme plus favorisée a été plus ou moins fidèle. C'est la foi qui nous fait connaître Dieu tel qu'il veut être connu de nous ici-bas ; et toutes les lumières qu'il plaît à Dieu de faire luire à nos yeux, touchant sa nature et ses merveilles, ont été rassemblée par les Apôtres en un faisceau lumineux à la lueur duquel ils ont voulu reconnaître tous ceux qui seraient fidèles au Seigneur. Ce faisceau de lumières sur Dieu, c'est le Symbole.

Enfin, cette foi qui nous fait connaître Dieu, c'est une foi qui justifie, qui sanctifie, qui purifie en

même temps le cœur ; c'est cette foi que le Concile de Trente a définie comme "la racine et le fondement de la justification", la source de notre sanctification.

4.17. Or si l'oraison a véritablement pour but de disposer l'âme à voir Dieu, et si l'âme ne peut voir Dieu que dans la mesure où le cœur est pur, il faut, pour **que l'oraison** atteigne son objectif, qu'elle **porte sur la foi**, car la foi en est le moyen indispensable, le principe et le fondement.

Toute **la perfection de l'homme consiste** à connaître Dieu et à se connaître soi-même. *Noverim Te, noverim me !*, -"Que je Te connaisse et que je me connaisse !" -, disait sans cesse St Augustin ; prière magnifique que nous devrions aussi répéter sans cesse. Or, où l'homme apprendra-t-il à connaître Dieu et soi sinon dans l'oraison, où Dieu lui-même nous promet de nous instruire ? Comment Dieu se manifeste-t-il à nous sinon par la foi ; et où est la foi sinon dans le Symbole ?

Qui ne voit que toute **oraison** qui n'a pas **la foi pour objet, pour moyen et pour principe**, est une fausse oraison ? Qui ne voit aussi que considérer les belles vérités de la foi dans leur ensemble, comme dans le Credo, c'est nécessairement faire oraison ? Et je demande ce que fait celui qui, après avoir récité oralement le Symbole, le récite mentalement, et s'arrête sur chaque article autant longtemps que la grâce l'attire, pour y exercer sa foi. Ne fait-il pas oraison ?

4.18. **Nota** : Nous entendons par "**exercer sa foi**" : se *représenter* les éléments de sa foi sur une vérité révélée, faire des *actes de foi*, de cœur et de bouche, tirer les *conséquences pratiques* qui en découlent, *comparer* sa conduite réelle avec ce qu'elle devrait être, *déplorer* son aveuglement, s'*humilier*, *demander pardon* au Seigneur, demander une augmentation de foi et la désirer ardemment...

Certes, celui qui fait tout cela finit par se faire entendre du ciel, qui lui communique peu à peu de plus vivres lumières. Et par cet accroissement de *foi*, l'*espérance* devient plus ferme, l'*amour* plus vif et plus pur, l'*humilité* plus profonde, les *regrets* plus poignants et les *désirs de voir* Dieu plus ardents. Dieu se plaît à éclairer davantage cette personne, proportionnellement à sa fidélité. Et voilà les fruits délicieux de l'oraison, de cette extraordinaire communication entre l'âme et son Dieu...

4.19. Il ne faut pas, du reste, s'attendre à recueillir tout de suite de telles faveurs. **Le pécheur**, celui en particulier qui s'est roulé dans la boue de l'impureté, **fait** lui-même **obstacle** à l'établissement du règne de Dieu en lui. Son esprit et son cœur, asservis à sa nature charnelle, ne sont plus capables, pour ainsi dire, de goûter les choses de Dieu. Que d'illusions, que de ténèbres, il oppose aux splendeurs de la foi ! Que d'obstacles il oppose à la grâce dans sa volonté corrompue ! Que de passions se soulèvent en lui et l'étouffent de leurs fumées, dès qu'il pense à se lancer dans des

pratiques de renoncement, d'abnégation, d'humilité et de pénitence ! Quelle horreur lui inspire la pensée seule de toutes ces vertus !

Celui qui se trouve dans une telle situation - et qui ne s'y trouve pas jusqu'à un certain point ? - ne doit **pas viser trop haut** ; il ne doit surtout pas s'impatienter s'il ne devient pas homme d'oraison aussi vite que son fol orgueil le lui fait désirer. Qu'il soit fidèle seulement, qu'il se reconnaisse parfaitement indigne des communications de Dieu ; qu'il s'humilie et qu'il s'anéantisse ; qu'il attende le moment de sa délivrance complète, en toute patience et en toute humilité.

Pour nous justifier et nous sanctifier, Dieu procède avec une **sage lenteur**. Nos misères, nos faiblesses et notre ingratitude ne l'y contraignent-elles pas, d'ailleurs ? Attendons, mais attendons avec confiance. Il y a beaucoup à faire, certes, mais l'ouvrier est un Dieu ; évitons seulement de mettre de nouveaux obstacles à ces divines inspirations ; soyons fidèles...

4.20. Non, nous ne sentirons pas tout de suite en nous, après quelques jours d'efforts et de fidélité, une foi vive, une espérance inébranlable, ni une charité ardente. **Dieu** se tiendra **encore caché** à nos yeux, pour longtemps peut-être. Nous ne le sentirons point, mais il n'en sera pas moins près de nous pour cela. Jusqu'au moment où nos passions se soumettront à la tutelle de notre foi, et que les ténèbres de notre esprit se dissiperont, nous serons alternativement agités par l'aridité et par quelques consolations sensibles... Nous serons ballottés

plus longtemps si nous continuons à malmener notre foi par mille et mille infidélités quotidiennes... Si nous ne mettons pas en pratique les conséquences de notre foi, même si elle est encore très chétive ; si nous allons à l'oraison comme à un exercice ordinaire de la vie, comment osons-nous espérer que Dieu se montrera à nous ? Si nous ne travaillons pas avec persévérance, si nous ne coopérons pas à la grâce, si nous violons sans cesse le pacte du Seigneur, si nous suivons servilement les mouvements de la chair, si nous continuons de déchirer la réputation de nos frères, si nous ne sommes pas des observateurs fidèles de nos règles et de nos vœux, comment prétendrons-nous aux faveurs de l'oraison !...

Nous avons vraiment peu de raisons de nous plaindre de la manière dont nous faisons habituellement oraison ; que nous sommes mal venus de nous plaindre de nos sécheresses et de nos aridités, des distractions de notre esprit et de l'insensible tiédeur de notre cœur !...

Commençons donc par **nous approcher de notre Dieu**, et lui s'approchera petit à petit de nous ; si nous sommes consacrés, observons les règles auxquelles nous nous sommes soumis ; remplissons les devoirs de notre état, surveillons et maîtrisons tous nos sens, et surtout notre langue ; vivons pour Dieu, vivons pour le ciel, vivons conformément à nos plus hautes destinées ; et après cela, si le Seigneur veut encore nous éprouver, reconnaissons et adorons sa souveraine bonté ; reconnaissons et confessons en toute

humilité que nous sommes des serviteurs inutiles...

Préparation à l'oraison (*Ecrits d'oraison n°78*)

1. *Une excellente manière de se mettre en la présence de Dieu est, à l'exemple de Notre Seigneur Jésus-Christ au Jardin des Oliviers, de se prosterner la face contre terre devant la Majesté de Dieu, de s'anéantir intérieurement et de faire plusieurs actes de foi en cette adorable présence.*
- "Il tomba la face contre terre en faisant cette prière" (Mt 26,39 Cf. Lc 22,41).

2. *S'unir à Jésus-Christ, désirant prier comme lui, avec lui et par lui.*

Comme lui, désirant imiter surtout l'humilité, la charité et l'unité de sa prière au Jardin des Oliviers.

Avec lui, comme déjà il a prié pour tous et en la personne de tous désirant être revêtu de ses mérites, de son esprit et de sa personne.

Par lui, ne voulant rien demander qu'en son nom et ne paraissant devant son Père que comme un autre lui-même.

Ce n'est qu'en Jésus-Christ que Dieu reçoit les hommages que nous lui rendons et nous accorde les grâces que nous lui demandons. "A lui la gloire, dans l'Eglise et le Christ Jésus, pour tous les âges et tous les siècles" (Ep 3,21).

- Il est utile de purifier notre âme par plusieurs actes de contrition.

*3. **Invoquer le Saint-Esprit**, pour obtenir surtout les trois caractères de l'union avec Jésus-Christ, reconnaissant que nous-mêmes, nous ne saurions ni faire oraison, ni former aucun bon désir, ni même avoir une seule bonne pensée. Il faut renoncer à ses lumières, à son propre esprit, qui n'est rempli que d'aveuglement et d'erreur. Il faut détester l'orgueil, sa curiosité et ses égarements.*

5. EXERCICE DE LA PRESENCE DE DIEU

5.1 : Lorsque l'âme se sera suffisamment exercée dans l'oraison de foi pour en saisir l'esprit et la marche, le moment sera venu de parler de l'exercice de la présence de Dieu qui doit toujours accompagner l'oraison.

Lorsque l'âme paraît devant Dieu pour l'oraison comme pour tout autre exercice, la **première pensée** qui l'occupe, c'est celle de la présence divine. **Je suis devant** le Dieu du ciel et de la terre, devant le Dieu fort et terrible, devant l'Etre immense, infini, qui a créé toutes choses par sa Parole, qui a donné des lois à tout l'univers, et préside à leur observation !.. Il tient dans sa main la terre ; le soleil et la lune reconnaissent sa voix ; toute la nature proclame ses grandeurs, sa magnificence et ses perfections adorables. Je suis devant Celui qui punit le vice, les habitudes et les actes mauvais, et qui récompense la vertu ; je suis devant celui qui me jugera ; son oeil lit au fond de mon cœur ; mes plus secrètes pensées lui sont connues ; qui sait si je ne suis pas, en ce moment, passible de quelque punition ?

Qui suis-je donc pour oser paraître devant Dieu ? Qui suis-je pour prétendre aux plus saintes, aux plus intimes communications avec son sacré cœur ?

5.2. "O mon Dieu, faites que je vous connaisse et que je me connaisse moi-même ! Je ne suis qu'une pauvre créature devant vous, un néant devant votre majesté ; je suis même méprisable car j'ai ajouté au néant de mon être le néant du péché !"

Dieu est tout et je ne suis rien ! Dieu est saint et je suis couvert de souillures ! Dieu est juste et je suis plein d'iniquité ! Dieu est bon et je suis ingrat !

Quel échange peut-il y avoir entre Dieu et moi ? Entre l'Être et le néant, la souveraine perfection et le péché ?

"O mon Dieu, vous voyez la situation misérable de mon être, et pourtant vous me supportez devant vous !

Vous ne me foudroyez pas !

Vous m'appellez à vous, au contraire, comme si vous aviez besoin de mes hommages ! La vue de tant de bonté me remplit de confusion ! A vous toute gloire, à moi tout mépris ! A vous toute louange, à moi la confusion.

Vous pouvez tout, et je ne puis rien ; soyez-en béni ;

Vous avez une valeur infinie, et je ne vauds rien ; soyez-en béni ; gloire à vous, Seigneur !

Vous êtes tout et je ne suis rien : faites que je me mette aussi bas que je le mérite, faites que je me connaisse tel que vous me connaissez, afin que l'orgueil n'enfle plus mon esprit, et que mon cœur

ne se réjouisse plus que dans une authentique humilité.

Oh ! mon Dieu ! je suis devant vous pour m'acquitter de mes devoirs ; mais qu'avez-vous à faire de mes hommages ! Aussi n'est-ce pas en mon nom que je vous les offre, mais au nom de votre divin Fils ; c'est en son nom et avec lui, comme sa sainte Mère, que je me présente pour vous louer et pour vous bénir, pour m'humilier et m'anéantir à la vue de mes misères et de mes mauvaises actions, pour vous remercier des grâces sans nombre dont vous m'avez comblé, enfin pour vous demander celles dont j'ai besoin pour vous être fidèle aujourd'hui, en ce moment et à tous les moments de ma vie.

Pénétrez-moi de la crainte de vos jugements, du regret le plus vif de mes désordres passés, et de mes infidélités présentes ; augmentez en moi la lumière de la foi, afin que, vous connaissant mieux et me connaissant davantage, je n'aime plus que vous, je ne pense plus qu'à vous, je ne voie plus que vous dans toutes choses.

5.3. Voilà pourquoi je suis à vos pieds pour méditer, à la lumière qui émane de vous, les vérités de la foi : aidez-moi, car je ne puis rien sans vous.

Esprit Saint, auteur de toute lumière et de toute grâce, c'est à vous de me diriger, c'est à vous de me conduire ; je m'abandonne à votre direction ; je renonce à mes idées personnelles comme à des

folies et à des bégaiements d'enfant, pour ne suivre que les idées qu'il vous plaira de m'inspirer."

5.4. "O Marie, puisque vous êtes ma mère, c'est à vous de me présenter à votre divin Fils ; rendez-moi présentable comme il faut ; vous saurez bien me gagner les bonnes grâces de votre Fils et m'obtenir sa bénédiction, si vous voulez."

5.5. C'est par des **prières** de ce genre qu'on se met **en la présence** de Dieu. Tous ces actes de piété doivent rouler sur ces deux vérités fondamentales : *Dieu est tout et je ne suis rien. Exercer sa foi sur ces deux vérités, et écouter ce que l'Esprit de Dieu inspire à leur égard, voilà tout l'exercice de la présence de Dieu.*

5.6. On pose en principe que **celui qui n'acquiert pas l'heureuse habitude de l'exercice de la présence de Dieu, ne fera jamais oraison**. C'est une grave erreur de croire qu'il suffit de faire quelques actes de foi, d'adoration, d'humilité et de contrition avant d'entrer dans l'oraison. Ces actes, formulés par une habitude purement machinale, ne signifient rien, n'aident pas ou n'aident que peu l'âme à se recueillir, et la laissent à la merci de la dissipation. Toutes les méthodes, qui exigent ainsi quelques actes de foi, d'adoration, etc., comme préparation immédiate à l'oraison, supposent l'habitude de la présence de Dieu, sans laquelle les actes qu'elles prescrivent seraient tout à fait insignifiants.

Il faut donc **s'exercer souvent**, en-dehors de l'oraison, **à la présence de Dieu**, afin d'en acquérir l'habitude.

5.7. "O mon Dieu, devons-nous nous écrier souvent, vous êtes à côté de moi, vous êtes en moi, vous êtes tout autour de moi, et je n'y fais pas attention ! Vous me voyez sans cesse, vous m'observez toujours, soit pour me protéger des embûches de mes ennemis, soit pour m'inspirer de saintes pensées, soit pour me soutenir, et je ne vous vois point !

O mon Dieu, que vous êtes grand et que je suis petit ! Que vous êtes beau et que je suis laid ! Soulevez un peu, je vous prie, le voile qui vous cache à mes yeux, afin que je vous connaisse mieux et que je me connaisse mieux moi-même, afin que je n'aime que vous et non pas moi, que je vous adore et que je m'humilie.

Vous le voyez, o mon Dieu, je veux absolument me croire quelque chose : la vanité remplit mon cœur et l'orgueil enfle mon esprit ; misérable néant, j'oublie que je suis créature et que vous êtes mon Créateur ; je vous oublie sans cesse et je méconnaiss la main paternelle qui me nourrit, qui m'habille, qui me défend et qui me garde en vie.

O mon Dieu, montrez-moi à moi-même tel que je suis, afin que je m'humilie autant que je le mérite, et que je n'aie plus la folie de me croire quelque chose. Faites donc, Seigneur, que je vous connaisse et que je me connaisse. Je crois à votre divine présence, mais mes oeuvres attestent combien ma foi est misérable et imparfaite. Mon orgueil lui-même ne me permet pas d'en douter ; augmentez donc ma foi ; rendez-la active, je vous prie."

5.8. C'est par des **actes de ce genre**, répétés souvent dans la journée, que l'âme acquerra l'heureuse habitude de la présence de Dieu ; et cette heureuse habitude une fois contractée, elle se mettra et se renouvellera facilement en cette sainte présence ! Il ne lui faudra ni effort, ni tension : la présence de Dieu, habituelle dans sa pensée et dans son cœur, imprimera à ses actes et à sa foi une vivacité et une douceur ineffables.

5.9. Pour bien faire oraison, il n'est cependant pas nécessaire d'avoir sans cesse la **pensée actuelle de la présence de Dieu** ; nous savons trop que cette pensée habituellement actuelle de la présence de Dieu est une faveur du ciel, faveur aussi rare que précieuse, que Dieu n'accorde qu'à quelques âmes privilégiées.

Ce que nous exigeons, c'est la pensée habituelle de la présence de Dieu, c'est-à-dire l'heureuse habitude de se tenir en présence de Dieu que l'on acquiert à force de se mettre souvent volontairement en cette présence. Dans cet heureux état, l'âme habituée et comme familiarisée avec la pensée de la présence de Dieu, s'y renouvelle avec la plus grande facilité, dès qu'elle entre dans un lieu de culte ou qu'elle veut se livrer à l'exercice de l'oraison.

5.10. Au contraire, **ceux qui**, en-dehors des exercices de piété et surtout de l'oraison, **n'ont pas l'habitude de la présence** de Dieu, ceux-là éprouvent de grands difficultés pour se mettre et pour rester en cette présence, soit dans l'oraison, soit en assistant à la messe ; et voilà pourquoi ils

n'ont que peu de succès dans la voie de la perfection. Comme cette pensée de la présence de Dieu, par manque d'exercice et de foi, agit peu ou pas sur l'esprit et le cœur, l'esprit et le cœur sont difficilement attentifs, difficilement touchés, difficilement enclins à la méditation des vérités de la foi : par contre, l'âme fortement pénétrée de la présence de son Dieu, entretient des sentiments et des attitudes profondes de respect, d'humilité, de louange et d'amour ; elle n'ose pas, elle ne pense pas à s'éloigner de son sujet, pour ne pas manquer à son Dieu, qui est là, témoin de ce qu'elle fait : les distractions qui surviennent ne la dérangent point ; fermement attachée aux grands objets qu'elle médite, elle soutient son attention avec facilité et cette facilité grandit à mesure qu'elle avance de plus en plus dans l'heureuse habitude de la présence de Dieu.

5.11. Pourquoi peu de personnes réussissent-elles dans l'oraison ? C'est qu'il y en a peu qui acquièrent cette sainte habitude de la présence de Dieu. Demandez-leur comment se passe leur journée, comment se passent leurs différents exercices de piété, et vous apprendrez qu'elles ne peuvent pas se familiariser avec cette idée que Dieu est avec elles ; qu'elles l'oublient constamment, même dans leurs prières. Après cela, serions-nous étonnés de ce qu'elles ne réussissent pas dans l'oraison ? Pour moi, j'avoue que je serais bien plus étonné d'apprendre qu'elles peuvent réussir.

Car enfin, il est difficile d'imaginer que l'esprit humain, si volage par nature, que son imagination si vagabonde, et son cœur naturellement si attaché à des vanités, se tiendront dans un respectueux et tranquille silence aux pieds de la majesté divine, pour écouter ses Paroles et goûter les belles vérités révélées, si on ne les maîtrise pas par les exercices de la présence de Dieu ? N'insistons pas plus sur la nécessité de se familiariser avec la pensée de la présence de Dieu pour bien faire oraison. Cette nécessité est déjà trop évidente par elle-même pour demander de plus amples démonstrations.

5.12. Nous savons que les **deux grands pivots** sur lesquels doit rouler l'exercice de la présence de Dieu, sont les deux vérités : *Dieu est tout - je ne suis rien*. Il nous reste à dire encore quelques mots sur **les temps que l'on doit consacrer à cet exercice** lors de l'oraison. Disons d'abord qu'on ne peut fixer aucun temps déterminé. Deuxièmement, qu'on doit y demeurer aussi longtemps que l'Esprit de Dieu et l'attrait de la grâce y attirent. Troisièmement, qu'on aura réellement fait oraison si l'on a bien passé tout le temps de l'oraison au saint exercice de la présence de Dieu, parce qu'on a fait tout ce qui est requis pour l'oraison, puisqu'on a rempli le but de l'oraison, qui est justement de demeurer en présence de Dieu.

Enfin, j'ajoute que les divers actes qui produisent l'exercice de la présence de Dieu doivent provenir du cœur, du sentiment et de la conviction de la foi, et non pas d'une *habitude toute naturelle et toute machinale*. Ceux qui

veulent sérieusement avancer dans l'oraison s'exercent fréquemment à la pensée de la présence de Dieu en-dehors du temps prescrit pour l'oraison ; ainsi, grâce à l'habitude acquise, il leur faut moins de temps pour se renouveler en la présence de Dieu ; ce qui leur permet de consacrer plus de temps à l'oraison proprement dite. Mais l'exercice de la présence de Dieu n'est **pas la seule condition** ; il en est d'autres qu'il s'agit d'exposer plus au long.

6. TROIS DISPOSITIONS NECESSAIRES A L'ORAISON

6.1. Outre la sainte habitude de la présence de Dieu, l'âme doit encore apporter à l'oraison plusieurs dispositions non moins indispensables.

6.2. Nous lisons dans les **Saintes Ecritures** que lorsque le vieil Isaac, accablé sous le poids des infirmités et des ans, se crut sur le point de paraître devant son Dieu, il appela son fils aîné Esau et lui dit : "Mon fils, je touche au terme de ma carrière : allez à la chasse, tuez-moi un excellent gibier, et après l'avoir accommodé comme vous savez que je l'aime, vous viendrez et je vous donnerai ma bénédiction" (cf. Gn 27, 1-47).

Esau prit aussitôt son arc, son carquois et ses flèches, et partit pour la campagne. Cependant Rébecca, qui avait entendu les paroles de son époux, et qui avait une prédilection marquée pour Jacob, son cadet, appela ce dernier et lui dit : "Mon fils, votre frère vient de partir pour la chasse sur la demande de son père ; il doit lui accommoder un gibier comme il l'aime, puis il recevra de lui la bénédiction patriarcale. Hâtez-vous donc, mon fils, d'aller au parc, et apportez-moi deux chevreaux des plus gras ; je les accommoderai moi-même ; vous les présenterez à votre père qui, en vous prenant pour Esau, vous donnera sa bénédiction. Je me charge de tout : allez seulement, mon fils !"

Jacob, qui ne savait qu'obéir, et qui, d'ailleurs, était poussé par l'Esprit de Dieu, courut au parc à bestiaux, égorgea deux superbes chevreaux, et les apporta à sa mère. Le plat une fois préparé, Rébecca alla chercher dans son armoire les habits de sacrificateur d'Esäü, son aîné, qui les lui avait confiés. Elle en revêtit Jacob, couvrit ses mains de quelques fourrures, afin que le vieux Isaac, en le touchant, se méprît ; puis elle l'accompagne vers le lit du saint patriarche.

Isaac accepta avec plaisir le plat du nouvel Esäü ; il le trouva bon ; et puis, prenant ses mains dans les siennes, il dit : "Ce sont bien les mains d'Esäü, mais c'est la voix de Jacob" ; et malgré cela, il lui donna la bénédiction à laquelle les plus grandes faveurs célestes étaient attachées.

Voilà, me semble-t-il, la figure la plus frappante d'une première disposition à l'oraison : c'est **l'union à Marie**. Car dans l'oraison, **Marie** est pour nous comme une **nouvelle Rébecca**.

6.3. Depuis la **nouvelle alliance** conclue entre le ciel et la terre, et scellée par le sang de Jésus-Christ, Dieu le Père ne reconnaît que son Fils, n'aime que son Fils, et ne nous adopte qu'en son Fils qui est notre aîné (cf. Jn 17). Tout ce que nous lui offririons par d'autres mains que celles de son Fils ne serait pas agréé ; car c'est son Fils seul qu'il a voulu pour notre grand-prêtre et notre médiateur. Il faut donc s'unir au Fils pour aller à Dieu ; mais comment nous unissons-nous au Fils, sinon par la médiation de la Mère, dépositaire des habits, c'est-à-dire des mérites de son Fils aîné ? Prions Marie,

la nouvelle Rébecca, de nous en revêtir, et de nous présenter elle-même au Père qui, en voyant nos vêtements et sachant qu'ils appartiennent à son Fils aîné, nous bénira.

6.4. Marie a été constituée par son propre Fils, **du haut de la croix**, notre Mère et notre tutrice. C'est entre ses mains qu'il a déposé les trésors de ses grâces, de sorte que nous la croyons la **médiatrice** naturelle et constituée entre le Fils et les hommes, comme le Fils est la Médiateur nécessaire entre Dieu et les hommes. Nul ne peut aller au Fils que par Marie, comme nul ne peut aller au Père que par le Fils.

6.5. La **médiation de Jésus-Christ** est de foi ; si **celle de Marie** n'est pas définie par l'Eglise, elle est **enseignée** par la plupart des docteurs, tellement qu'elle approche beaucoup de la foi, et qu'il serait bien téméraire celui qui oserait nier ce fait. Et certes, faut-il que le magistère de l'Eglise nous intime par un canon l'obligation de croire à cette vérité pour qu'elle soit constante ? Ne suffit-il pas, pour de vrais catholiques, pour des fils dociles et soumis, que la Hiérarchie leur fasse connaître sa croyance par l'enseignement positif des théologiens et des docteurs ? La toute-puissance de Marie est trop évidente pour être contestée ; si une mère a tout-pouvoir sur le cœur d'un fils bien né, que ne pourra une Mère telle que Marie sur un Fils tel que Jésus-Christ ?

Quand on parcourt les belles **louanges** que l'Eglise lui adresse, les magnifiques attributions qu'elle lui suppose ; quand elle nous prescrit de

chanter que Marie est *notre Espérance*, la *Porte du ciel*, notre *Avocate*, notre *Refuge*, *notre Secours*, peut-on douter que la foi de l'Eglise ne regarde Marie comme notre médiatrice nécessaire ?

6.6. Et **nous, membres d'une Société** qui se fait gloire d'appartenir à Marie d'une manière toute spéciale, nous qui avons éprouvé tant de fois l'efficacité et peut-être la nécessité de sa médiation, nous qui en sommes les témoins et les preuves vivantes, serions-nous assez ingrats, assez fous, assez monstres, pour renier la plus belle des prérogatives de l'auguste Mère de Dieu !

"O Marie, serais-je assez dénaturé pour vous faire une telle injure ? N'est-ce pas assez de vous avoir méconnue et contristée longtemps ? Voudrais-je encore vous contester une puissance et une qualité qui vous sont attribuées à tant de titres ? Je proteste de tout mon cœur contre un pareil attentat. Soyez ma Mère, et ma bonne Mère ; soyez mon avocate et ma médiatrice ; soyez ma force et mon refuge, soyez ma joie et mon espérance. Mon salut, mon bonheur, mon cœur et ma vie tout entière sont entre vos mains !"

6.7. Si tel est **le contenu de ma foi**, je conclus qu'il m'est impossible de faire oraison sans Marie. Si nul ne connaît le Père que le Fils et ceux auxquels le Fils l'a révélé (Mt 11, 27), pareillement : nul ne connaît la Fils que la Mère, et l'Eglise à laquelle elle l'a révélé. Unissons-nous donc à Marie dans l'oraison, et prions-là de nous faire connaître son

Fils, elle qui l'a si bien connu et qui l'a si bien étudié ; elle qui a recueilli et conservé si religieusement dans son cœur tous les oracles qui sortaient de sa bouche.

Qui pourrait mieux nous initier dans ces ravissants mystères de l'**Incarnation et** de la **Rédemption** que **Marie**, elle qui y a joué un rôle si important ? Si je contemple Jésus dans le sein de Marie, que puis-je désirer de plus que de connaître et d'éprouver quelque-uns de ces sentiments de foi, d'espérance et d'amour dont sa Mère était tout embrasée ? Si je contemple Jésus naissant, est-il possible que je perde de vue la Mère qui l'enfante, qui le tient dans ses bras, le presse sur son cœur, et le présente à mes hommages et à mes adorations ?

Quel est le mystère de la vie du Sauveur dont Marie soit absente ? Mais si **la Mère est partout où est le Fils**, comment serais-je assez aveugle pour ne pas le voir ? comment surtout serais-je assez insensé, assez téméraire, pour séparer du Fils la Mère, qui ne furent jamais séparés ?

L'union à Marie est donc une disposition indispensable à l'oraison. Il faut nécessairement qu'elle nous offre à son Fils, comme il faut que le Fils nous offre à son Père, si nous voulons que l'oraison nous branche sur les mystères de la foi et nous en communique le dynamisme.

6.8. Une **deuxième disposition** également indispensable, c'est **l'union à Notre Seigneur Jésus-Christ**. Cette union à Jésus-Christ est de foi ; nous croyons que depuis la chute d'Adam, nul

homme n'a pu aller à Dieu que par le Fils. Depuis cette lamentable chute, la foi en Jésus-Christ a été absolument nécessaire au salut ; tellement que quiconque n'a pas cru au Christ, n'a pas été sauvé.

Nous croyons que la **médiation** de Jésus-Christ comme Prêtre, comme Pontife, est également **indispensable** au salut : depuis la désobéissance de notre premier père, Dieu ne veut pas traiter avec nous ; il ne nous connaît plus, il ne nous aime plus comme son Fils. En conséquence, tout ce que nous pouvons faire de plus grand et de plus méritoire, n'est rien aux yeux de Dieu, si son Fils ne le lui présente pas pour nous. C'est pourquoi le grand Apôtre Paul nous dit : quoi que nous disions, quoi que nous fassions, soyons toujours unis à Jésus-Christ. Ainsi tout ce que nous ferons, même les choses les plus communes, seront agréables à Dieu, si son Fils les lui présente ; et au contraire, Dieu rejettera tout ce qui lui sera offert par une autre main que celle de Jésus-Christ, fussent-elles les oeuvres les plus dignes de son divin cœur.

6.9. Ah ! qui sommes-nous pour prétendre aller à Dieu par une **autre voie que celle de Jésus Christ** ! Misérables créatures plus viles à ses yeux que le néant, puisque nous portons la honte du péché, nous devrions nous étonner sans cesse qu'il nous supporte devant lui avec tant de longanimité ; il nous aurait déjà foudroyés dans le sein de nos mères, mais ses justes vengeances ont été enchaînées par un bras tout-puissant ; et, si dès le sein de nos mères le péché originel nous rendait horribles aux yeux de Dieu, prétendrions-nous leur

paraître plus agréables aujourd'hui, alors que nous avons ajouté au triste héritage d'Adam tant de péchés personnels, tant d'iniquités mille fois plus monstrueuses ?

6.10. "O mon Dieu, par un prodige de miséricorde que nous ne saurions trop adorer et glorifier, vous avez daigné nous donner votre propre Fils pour briser nos fers, laver nos souillures et nous réconcilier avec vous. Vous voulez que nous allions à vous par ce divin Fils ; cela ne doit pas nous peser de nous unir à un Dieu qui s'est anéanti pour s'unir à nous et nous sauver ? Qu'y aurait-il donc de repoussant dans un agneau modèle de patience et d'amour ?"

6.11. Attachons-nous donc à Jésus-Christ. Si c'est nécessaire dans toutes nos oeuvres, combien plus encore dans l'oraison, où nous recevons les lumières sur le ciel qu'il est chargé de nous communiquer.

6.12. **Une troisième disposition à l'oraison**, c'est de faire que **notre vie** y soit une **préparation habituelle**.

Si on suit la pratique que nous avons enseignée, on reconnaîtra vite que tout ce que nous avons dit est nécessaire pour faire oraison, mais que nous faisons sans cesse, au contraire, ce qui forme un obstacle au saint exercice de l'oraison.

A mesure que la foi devient plus vive et plus explicite, on pourrait mieux, par un don de la miséricorde infinie, connaître et la **grandeur** de

notre Dieu, et ses excellences, et sa sainteté, et ce qu'il a droit d'exiger de ses créatures ; à la lumière de la foi, on reconnaît mieux aussi toutes les **misères** humaines et ses genres d'indignités ; notre passé nous apparaît dans ce qu'il a d'effroyable et le présent n'a rien de rassurant.

6.13. Comme **l'âme** est laide et méprisable à ses propres yeux lorsqu'elle est un peu plus **éclairée par la foi** : consciente d'une part de ses propres faiblesses et de l'autre de toute l'étendue des devoirs qu'elle a transgressés jusqu'alors, elle s'humilie, elle pleure, elle se confond, elle crie vers le ciel, invoque son assistance et le prend à témoin de ses vœux et de ses engagements ; ayant senti combien il est ridicule de faire des promesses au Seigneur sans jamais les tenir, elle comprend enfin que c'est se moquer de Dieu ; et qu'aller à l'oraison en vivant de la sorte, c'est tenter Dieu imprudemment. Si l'on est tombé dans une faute légère mais délibérée et qu'on ne l'a pas déplorée amèrement, on éprouve à l'oraison des sécheresses et des aridités qui signifient que Dieu s'éloigne de nous ; à mesure qu'on est infidèle, on s'enfonce dans les ténèbres.

A cause de cela, on est forcé de faire de gros efforts pour éviter toutes les fautes délibérées, si on veut que Dieu continue de se communiquer à nous, si nous voulons que notre foi augmente et que croissent notre horreur pour le péché et notre amour pour la vertu. L'oraison ne fait pas encore nos délices, il est vrai, mais nous savons déjà en apprécier suffisamment les précieux avantages

pour nous y livrer le plus souvent possible ; et comme notre méthode consiste essentiellement dans la pratique, nous redoublons d'efforts pour nous rendre de plus en plus à même de méditer.

6.14. Dans l'étude de Dieu et de soi-même, l'âme découvre toujours en elle-même de nouvelles raisons de se mépriser à cause des méfaits du péché, et en Dieu de nouvelles raisons de l'aimer. **A mesure qu'elle avance** dans la connaissance de la Divinité, l'âme en découvre de plus en plus les hautes excellences et les infinies perfections ; elle découvre de plus en plus la laideur et l'énormité du péché, son audace et sa perfidie, ses égarements et ses ingraturités, et de là découlent les sentiments de la douleur le plus vive, de l'humilité la plus profonde, de l'espérance la plus ferme, de l'amour le plus ardent ; à partir de là elle se sent appelée aux efforts et aux sacrifices les plus généreux. Les efforts de pénitence qu'elle fait finissent par ne plus la rebuter ; elle souffre avec patience les maux et les contradictions que le ciel lui ménage ; elle désire même les souffrances et recherche les croix ; elle finit par se les imposer pour aller au-devant des corrections que voudrait lui infliger le Très Haut.

6.15. Voilà **l'aboutissement de notre pratique** ; pourvu que l'âme se montre fidèle à la suivre constamment ; j'ai dit *pourvu que l'âme se montre fidèle*, parce que cette condition est indispensable, et cela pour **deux raisons** :

a) la première c'est qu'il est impossible de faire longtemps oraison de la manière que nous avons

enseignée, si l'on **ne met pas en pratique** ce que l'on apprend. Effectivement, on arrive bien vite à un tel point de dégoût et de malaise intérieur qu'on ne peut plus se livrer à l'oraison ; parce que, pour la tranquillité, on refuse de se laisser éclairer davantage sur des devoirs auxquels on ne veut pas être fidèle, ou pour la fidélité desquels on ne veut pas faire les sacrifices exigés.

b) La deuxième raison, c'est que Dieu, irrité de voir si peu de générosité dans cette âme lâche et si peu courageuse, se retire d'elle, l'**abandonne à elle-même**. Quel spectacle que celui d'une âme qui comprend la nécessité du détachement des richesses et qui ne veut pas s'en détacher ; et puis qui retourne à l'oraison où elle découvre de nouvelles obligations mais refuse de les remplir. Un tel spectacle est insupportable d'abord à Dieu, qui cesse bientôt d'éclairer cette âme infidèle, et puis à l'âme elle-même qui, ne se sentant pas la force de pratiquer ce qu'elle voit, craint de s'éclairer davantage et fuit l'oraison où elle puisait des lumières qui le dérangent. La fidélité pratique aux enseignements de la foi est donc une disposition indispensable, non seulement pour faire des progrès dans l'oraison mais encore pour continuer à la pratiquer.

Ainsi **pour résumer** tout ce que nous avons dit sur les dispositions nécessaires à l'oraison, il faut :

1. Tirer les conséquences pratiques des lumières de la foi qui sont communiquées dans l'oraison ;
2. s'exercer fréquemment à la présence de Dieu ;

3. rester habituellement unis à Jésus et à Marie, ou, en d'autres termes, demeurer dans la foi, l'humilité, la confiance et l'union à Jésus et à Marie : voilà les dispositions dans lesquelles il faut être pour tirer profit de l'oraison.

FIN

(cf. *Ecrits d'oraison* n° 511-584)

Post-scriptum

Le petit traité du P. Chaminade sur la *Méthode d'Oraison sur le Symbole* que nous venons de parcourir s'achève par des paragraphes un peu déconcertants en ce qui concerne l'image sévère de Dieu et le portrait désolant de l'homme qui s'en dégagent. Dieu a toujours été et juste et bon. C'est nous qui mettons l'accent sur l'une ou sur l'autre des qualités de son être, de son amour, et parfois avec des excès qui nuisent à une présentation juste et équilibrée du mystère de Dieu.

Le P. Chaminade a certainement un profond sens du péché. Il l'exprime parfois si fort qu'on oublierait presque, en le lisant, la grande bonté et la grande miséricorde que Dieu manifeste à l'égard des hommes. Le péché est grand, certes, mais plus grand encore l'amour qui a poussé Dieu à donner aux hommes son Fils.

Chaminade partage ce point de vue ; il suffit, pour s'en convaincre, de lire ce passage d'une **conférence** qu'il a donnée à la **retraite de 1821**.

"Notre âme créée à l'image de Dieu a été défigurée par le péché d'Adam. Elle devient semblable à Dieu par l'oraison en ce que les facultés de l'âme reçoivent la lumière de la vérité et l'amour de la sainteté dont Dieu est la source. Quand on fait oraison de foi, notre entendement sort de ses ténèbres, il est éclairé de la lumière divine, et par conséquent il devient un esprit voyant comme Dieu, éclairé comme Dieu. Dieu est

tout amour et amour de sainteté. Or par une bonne oraison, notre volonté reçoit la chaleur de cet amour, elle devient pure, sainte, en se dégageant de toutes les imperfections, et par là elle devient semblable à la volonté de Dieu, qui n'aime que le bien et qui ne veut que ce qui est saint. En faisant oraison, nous nous transportons dans le bonheur suprême de Dieu. La mémoire est tout occupée du bonheur dont jouissent les Saints, dans le sein, dans la joie même de Dieu, elle participe déjà ici-bas au bonheur du ciel ; l'âme est heureuse comme Dieu, et sous ce rapport, semblable à Dieu, qui se communique réciproquement à elle par une tendre amitié. *"Entre dans la joie de ton maître"* (Mt 25,21). Voilà comment Dieu s'imprime dans notre âme par l'oraison, comme le cachet est imprimé dans la cire et y laisse ses traits et sa figure. Ainsi unir l'âme à Dieu par la connaissance des lumières surnaturelles, par l'affection aux biens célestes, par le souvenir et la jouissance de la félicité de Dieu même, c'est là la fin de l'oraison."

Table des matières

SYMBOLES DE FOI	3
1ère Partie : LA VIE EN ABONDANCE	
P. Quentin Hakenewerth	5
PRÉFACE	7
1. Vérité fondamentale pour notre vie	9
2. Le don de la vie	11
3. A l'image de Dieu	13
4. Une œuvre à la fois de Dieu et de nous	15
5. Dieu désire nous rendre heureux	17
6. La foi	19
7. L'oraison de foi	22
8. La pureté du cœur...	
pour une bonne oraison	25
9. Le 'vieil homme' en nous résiste	27
10. L'homme nouveau apparaît	32
11. Jésus, type de l'homme nouveau	34
12. Un cœur comme le cœur de Jésus	36
13. Le choix des sujets d'oraison	39
14. L'entrée dans l'oraison	41
15. La pratique de l'oraison	
la méthode commune	47
16. Conclure l'oraison	51
17. L'examen de l'oraison	53
18. Il faut discerner nos mouvements	
intérieurs	56
19. Difficultés rencontrées dans l'oraison	60
20. prier sans cesse.	
Vivre en présence de Dieu	65

21. *Devenir un homme nouveau par la
contemplation des mystères du Christ*

69

22. Participer aux mystères de Marie	70
23. L'oraison et notre tâche apostolique	73
APPENDICE (résumé)	75
ANNEXE : Lettre du P. Chaminade (1842) à M. Pérodin	78
SYMBOLES DE FOI	81

Ile Partie

**METHODE D'ORAISON SUR LE
SYMBOLE DES APOTRES**

G.-J. Chaminade (1840)	83
INTRODUCTION : R. Halter SM	85
1. <i>En toute chose il faut considérer la fin</i>	93
<i>Sermon de St Laurent Justinien - pour la fête du Cœur Immaculé de Marie</i>	98
2. DE L'ORAISON	101
3. METHODE D'ORAISON	113
4. PRATIQUE POUR COMMENÇANTS	117
<i>Préparation à l'oraison (E.O. n°78)</i>	132
5. EXERCICE DE LA PRESENCE DE DIEU	135
6. TROIS DISPOSITIONS NECESSAIRES A L'ORAISON	145
<i>Post-scriptum</i>	157