

DOM GODEFROID BELORGEY

SOUS LE REGARD

DE DIEU

INITIATION A LA VIE INTERIEURE

## Le mot d'ordre du pape

« Ce qu'il y a de primordial pour l'apostolat du prêtre et du laïque, c'est la *vie intérieure, la vie d'union à Dieu, et la vie d'oraison*, dont parle Saint-Paul lorsqu'il s'écrie : « vous avez une vie toute cachée en Dieu avec le Christ. –*Vita vestra abscondita est cum Christo in Deo.*»

« Le Saint-Père répéta plusieurs fois ce texte de Saint Paul et, dans la suite, il affirma avec force l'inutilité des œuvres extérieures quand elles ne sont pas fécondées par l'union au Christ. Sans la grâce divine, rien ne tient, rien ne compte, rien n'a de valeur surnaturelle. Sans la vie intérieure, on tombe dans l'hérésie de l'action.»

(La première des trois consignes données aux catholiques par S. S. PIE XII en novembre 1944.)

« La vie intérieure : voilà, pour l'heure présente, le mot d'ordre.»

(Allocution radiophonique de S. S. PIE XII du 4 septembre 1949.)

## LETTRE DU REVERENDISSIME PERE DOM NOGUES.

*Abbé général de l'ordre des Cisterciens Réformés*

Abbaye de notre dame de Thymadeuc,  
16 juillet 1943,  
Fête de Notre Père Saint-Étienne.

*Mon Révérend et cher Père,*

*Il y a quelques années figurait au programme du chapitre général de l'ordre une question relative aux moyens propres à favoriser la vie intérieure dans nos monastères. Plusieurs mémoires furent rédigés et imprimés et dont nous faisons toujours notre profit.*

*Votre étude à vous, sérieusement documentée et appuyée sur votre expérience et celle des âmes que vous dirigez, embrasse le sujet dans son sens le plus objectif et le plus étendu, de sorte que, malgré sa brièveté et son titre modeste : « Initiation à la vie intérieure », elle peut servir de compendium de perfection à tous les chrétiens de bonne volonté. A ceux surtout qui, soucieux de se prêter au « démonstration » de l'Esprit Saint, selon l'expression de Saint-Benoît, veulent quitter les chemins trop battus du monde, ou nullus est qui recogitet corde, pour entrer résolument dans la voie étroite qui mène à Dieu, celle de la prière et du sacrifice, plus que jamais de circonstance dans nos temps troublés. C'est dans cette voie que, pour parler comme Saint-Bernard, l'homme converti, l'ouvrier du Seigneur prend conscience de son tempérament malpropre, gauchi, incurvé pour se purifier, se réformer, se redresser, reconquérir cette ressemblance avec Dieu que le péché et ses conséquences avait ternie, pour aboutir enfin, dans la mesure de sa générosité, à cette région de lumière, de paix et d'amour que les pires épreuves ne peuvent ravager.*

*Votre brochure indique excellemment les moyens à prendre pour réaliser cette idéal. Je ne suis donc pas surpris que des voix, d'ailleurs plus autorisées que la mienne, vous engagent à la publier et je lui souhaite moi-même la plus large diffusion pour le bien des âmes et l'amour de Jésus.*

*Daignez agréer, mon Révérend et cher Père, l'assurance de mes sentiments bien affectueux et dévoués.*

f. M. Dominique, O. C. R.,  
Abbé général.

## LETRE DU REVERENDISSIME PERE DOM FULBERT GLORIES

*Abbé de Sainte-Marie de la Pierre-qui-Vire*

Mon Révérend Père,

*Votre traité sur la vie intérieure et captivant. Que d'aperçus à la fois imprégnés de saine doctrine et très pratiques : sur les rapports entre la gloire de Dieu, notre bonheur et notre sainteté, sur cette sainteté elle-même qui n'est autre que la vie intérieure, l'âme que nous donnons à toutes nos actions, c'est-à-dire notre amour, sur l'avidité avec lequel Dieu se cherche des âmes intérieures, des âmes aimantes, le soin avec lequel Il les façonne, ces âmes qui sont sa joie et sa gloire et qui Lui en amènent tant d'autres. Que de suggestions dans ce que vous dites brièvement des moyens négatifs et positifs d'arriver à une vraie vie intérieure : le dépouillement des créatures et de soi-même, non par des pratiques extraordinaires et factices, mais pas l'exercice des grandes vertus chrétiennes (et monastique), la mortification, l'obéissance, la charité fraternelle, par le culte du vrai silence intérieur et extérieur. Et puis, les moyens positifs : l'oraison, l'exercice de la présence de Dieu. Rien de plus sûr ou au point de vue doctrinal : Saint-Benoît, Saint-Bernard, Saint-François-de-Sales..., accord parfait. Et avec eux vous rejoignez si aisément l'écriture, en particulier Saint-Paul, et la définition que vous donnez de la vie intérieure nous fait penser surtout à celle qu'a donné le grand Apôtre : Vita abscondita cum Christo in Deo.*

*Vie véritable, profonde, et pour cela cachée, supposant par conséquent le dépouillement le plus entier possible des créatures et de soi-même. Vie non seulement orientée vers Dieu, pour Dieu, mais avec Dieu : vie d'amour, et d'amour d'amitié, d'intimité. Mais sans Jésus nous pouvons rien ! Notre vie d'intimité avec Dieu dépendra donc non seulement de notre collaboration, mais de notre identification avec Jésus-Christ, œuvre du Saint Esprit en nous.*

*Votre brièveté au sujet de l'oraison nous donne lieu d'espérer lire bientôt votre ouvrage sur ce sujet ; votre dessin ici était de parler de l'exercice de la présence de Dieu, et c'est avec une joie toute particulière que j'ai suivi votre exposé qui est tellement dans la ligne de nos traditions monastiques et bénédictines. D'une façon claire, simple, vous expliquez le mécanisme, si je puis ainsi parler, de cette pratique. Vous faites la part - et c'est délicat - de l'action de Dieu et de l'action de l'âmes, en indiquant bien où celle-ci s'arrête, ou plutôt où celle-ci est envahie complètement par l'action divine ; et c'est un bonheur. L'ignorance de cette pratique n'explique-t-elle pas en grande partie la rareté des âmes vraiment intérieures, non seulement chez les laïcs, mais aussi parmi les âmes consacrées ? Vous mettez vraiment les âmes en appétit de la vie intérieure en faisant appel à l'expérience, l'expérience des autres et l'expérience personnelle, mais encore faut-il s'y arrêter ! On côtoie des âmes de grande oraison sans y prendre garde; on est soi-même touché par la grâce, attiré par le dedans vers une vie d'intimité avec Dieu, l'Esprit-Saint nous donne le goût de Dieu, ne serait-ce que pendant un instant, mais encore faut-il*

*être attentif et répondre immédiatement ! Votre mérite est d'éveiller cette attention.*

*Je termine par un vœux, c'est que votre traité sur la vie intérieure soit lu et médité, non seulement par les moines, non seulement par des religieux et des religieuses de toutes couleurs, mais par beaucoup de laïcs. Il y en a tant, à notre époque, qui aspirent à une vie intérieure authentique, que le seul terme de « vie intérieure » met en appétit et qui, cependant, en ignorent tout ou presque tout. Votre livre, à la fois doctrinal et pratique, leur sera précieux ! Il faut que nous, moines, soyons non seulement les spécialistes de la vie intérieure, mais les propagateurs de cette vie dans la mesure où nos moyens de rayonnement nous le permettent.*

*Si je puis, par ses humbles encouragements, collaborer avec vous à cette œuvre, je m'en réjouirai. Ce sera un lien de plus entre nos deux Abbayes, lien qui, en nous unissant, nous attirera ensemble plus près de Dieu et de sa Sainte Mère.*

*Saint-Benoît-sur-Loire,  
Le 19 juillet 1943.*

Dom Fulbert Gloriès, O. S. B.,  
Abbé.

## Origine

Au cours des conférences sur la « Vie intérieure », qui leur ont été faites au noviciat de Notre-Dame de Cîteaux, les novices ont pris des notes que l'un d'eux a ensuite rédigées.

Après avoir été revu et corrigé, ce petit travail a été donnée en lecture à de bonnes âmes et aussi à de pieux et doctes théologiens. Ces derniers prétendent que ces conférences non seulement peuvent être publiées à cause de leur saine doctrine, mais doivent l'être pour aider certaines personnes à mieux comprendre la vie intérieure et à y progresser.

Voilà l'occasion de ce petit livre. Son titre sous le regard de Dieu a été choisi en particulier pour ne pas répéter celui du troisième ouvrage de cette collection. « Initiation » ou « Introduction à la vie intérieure » fait mieux comprendre son but et son plan.

Nous confions cet essai à la très Sainte Vierge Marie.

Que la douce Dame de Cîteaux daigne s'en servir pour attirer plus d'âmes intérieures, leur apprenant à être souples et dociles à l'action de l'Esprit Saint, pour que Celui-ci forme le Christ en elles et qu'elles deviennent ainsi des humanités de surcroît en qui le Verbe glorifiera son Père, et attirera sur le monde le pardon et la paix !

Abbaye de Notre-Dame de Cîteaux  
Le 20 août 1943  
Dans la fête de Notre-Père Saint-Bernard.

## Introduction

Dieu a tout créé pour sa Gloire. Combien d'hommes savent sur la terre qu'il n'existent que pour Dieu ? Beaucoup l'ignorent ; d'autres l'ont su, mais ne s'en souviennent plus ou n'y songent que rarement. La gloire de Dieu est la moindre de leurs préoccupations et ils vivent pratiquement sans y penser. Même parmi les chrétiens pratiquant, bien peu en sont véritablement convaincus. Rares sont ceux dont toute la vie n'a que ce seul but : glorifier Dieu. Pourtant c'est une vérité certaine que Dieu, étant le principe et la fin de tout, ne pouvait créer que pour Lui, pour Gloire. On n'en peut douter ; et cela est tellement important que, si l'homme ne réalise pas cette fin unique pour laquelle il est créé, il n'a pas de raison d'être.

Il ne faut cependant pas oublier que Dieu, dans sa Sagesse et sa Bonté infinie, veut que sa propre glorification soit en même temps le bonheur de l'homme. Celui qui tend à la fin pour laquelle il existe est en effet dans l'ordre établi par Dieu ; il a par le fait même la paix qui, selon Saint-Augustin, est la tranquillité dans l'ordre, et par suite le bonheur. Notre fin est donc *notre bonheur dans la glorification de Dieu*.

D'autre part, l'homme ne glorifie Dieu et ne trouve le bonheur que dans la mesure où il est saint. Seuls les saints glorifient Dieu par toute leur vie, et seuls ils ont dès cette terre le vrai bonheur. *Gloire de Dieu, bonheur de l'homme, sainteté de l'âme* se tiennent donc si intimement que ces trois choses sont inséparables.

Saint Paul disait aux Thessaloniens : *Haec est voluntas Dei sanctificatio vestra.* « Ce que Dieu veut, c'est votre sanctification<sup>1</sup>. » N'est-ce pas un ordre que donnait à tous Notre-Seigneur en disant : « Vous, donc, soyez parfait comme votre Père céleste est parfait<sup>2</sup> » ? Dieu Lui-même nous propose donc, nous impose même cet idéal très élevé : être parfait comme Lui, l'infiniment Saint. Et il ne faut pas croire que cette directive s'adresse seulement à quelques rares privilégiés, à certaines catégories d'âmes ; elle est pour tous, s'adresse à tous les chrétiens. Autrement dit, dans la pensée éternelle de Dieu, *nous ne sommes créés que pour devenir des saints*. Soyons profondément et intimement convaincus que « Dieu n'a créé le monde et ne le bouleverse que pour faire des saints ».

D'après le plan divin, tout homme doit donc tendre vers la sainteté. Et cependant beaucoup de bonnes âmes se disent : la sainteté, mais c'est impossible à réaliser, ce n'est pas fait pour moi, je ne peux y prétendre ! C'est qu'elles se font une fausse idée de la sainteté. Elle ne voient dans les saints dont elles lisent la vie ou dont elles entendent parler que le côté extraordinaire : mortifications effrayantes, grandes faveurs divines, visions, extases, miracles... Dieu, voulant pour tous la sainteté, n'a certainement pas demandé l'impossible.

*Qu'est-ce donc que la sainteté ?* Essentiellement, c'est « l'union de l'âme avec Dieu

---

<sup>1</sup> 1 Thess. IV, 3.

<sup>2</sup> Mth. V, 48.

dans la Charité parfaite» suivant cette parole de St-Jean : *Deus charitas est, et qui manet in charitate, in Deo manet, et Deo in eo.* « Dieu est amour, et celui qui demeure dans l'amour demeure en Dieu, et Dieu demeure en lui.<sup>3</sup> » Cette définition théologique reste encore trop théorique et bien abstraite. Cherchons donc pratiquement, dans le concret, en quoi consiste la sainteté.

Comment vive les saints dans leur vie quotidienne ordinaire ? Que font-ils ? *Rien d'extraordinaire* extérieurement, rien de plus que ceux qui les entourent, mais – et voilà le secret de leur sainteté -ils font ou s'efforcent de faire *tout extraordinairement bien*. Ils accomplissent en tout la volonté de Dieu par amour<sup>4</sup>. Ils remplissent à chaque instant leur devoir d'état, comme beaucoup d'autres, mais aussi parfaitement qu'il leur est possible, dans les moindres détails.

Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus est un exemple récent et bien caractéristique de cette sainteté, elle qui a si bien caché l'extraordinaire perfection de tous ses actes qu'elle est passée inaperçue de la plupart de celles qui vivaient avec elle.

Dans le monde comme dans le cloître, que de personnes font les mêmes actes du matin au soir et ont les mêmes pratiques extérieures de piété (prière, messe, communion...), et cependant quelle différence aux yeux de Dieu ! D'où cela vient-il, sinon de leurs degrés différents de sainteté ? L'une agit d'une façon quelconque, purement extérieure, tandis que cette activité est vivifiée chez l'autre par la *vie intérieure* qui l'embrase au plus intime d'elle-même. Cette vie intérieure est précisément l'âme de la vie chrétienne. C'est elle qui fait les saints.

Aussi, après avoir vu de plus près l'importance de la vie intérieure, nous allons essayer de chercher ce qu'elle est et de trouver le moyen simple et pratique pour y parvenir, l'atmosphère favorable à son développement ainsi que le secret du succès. Pour cela, nous nous placerons surtout sur le terrain pratique, résultat d'une longue expérience.

---

<sup>3</sup> 1 Jo. IV, 16.

<sup>4</sup> *Universa... custodire... amore Christi.* « Tout observer par amour du Christ. » S. Benoît, Règle, Ch. VII.



## CHAPITRE I

### IMPORTANCE DE LA VIE INTERIEURE

Lorsque ceux qui ont suffisamment d'expérience des choses surnaturelles prennent contact avec une âme, il voient vite si elle possède une vraie vie intérieure. Aussi peuvent-ils répondre à cette question préalable à toute étude pratique : *Y a-t-il beaucoup d'âmes intérieures ?*

Or, ils nous disent avec un accent mêlé d'espoir et de regret : « Il y a peut-être plus d'âmes intérieures actuellement qu'à toute autre époque; et cependant il y en a peu, très peu et en tout cas trop peu. »

Une magnifique élite a surgi depuis quelques années dans tous les milieux, et en particulier dans tous les mouvements de jeunesse. Il est encourageant de constater que, dans ce monde moderne où tout semble s'opposer à l'éclosion de la vie surnaturelle et où l'on ne devrait trouver que fort peu d'âmes intérieures, on en rencontre cependant en nombre relativement élevé.

C'est que les âmes qui veulent mener une vie vraiment chrétienne dans le monde se rendent chaque jour compte de la grandeur des dangers. Elles sont sans cesse obligées de réagir, de lutter, de trancher, parfois de façon très catégorique. La communion fréquente dès leur plus jeune âge leur est un puissant secours, et certains beaux livres contemporains les éclairent fort à propos. Aussi à l'heure actuelle, s'il y a beaucoup moins d'âme qui pratiquent, il y a beaucoup plus d'âmes vraiment profondes. Elles ne peuvent rester tièdes ou se contenter d'une « honnête médiocrité » au milieu de tant d'âmes froides.

De même, un effort de renouveau vers la vie intérieure se dessine dans beaucoup d'ordres religieux. Dans le cloître, tout est orienté vers l'union à Dieu, les âmes intérieures devraient être très nombreuses. Il y en a heureusement beaucoup ; elles sont même peut-être plus nombreuses et plus ferventes que jamais, car on les met de plus en plus en garde contre un danger réel, mais subtil, de laisser aller.

Les moines, en effet, ayant à leur disposition des moyens de perfection nombreux, risquent, par le fait même de cette surabondance, de se croire à l'abri. Au début surtout, on ne voit guère que le bien. La prière et la pratique des sacrements sont relativement faciles. On entend toujours parler de Dieu. On mène une vie austère et on a l'impression de faire toujours la volonté de Dieu. De plus, les gens du monde, voyant que les apparences, nous canonisent vite et, plus ou moins consciemment, nous nous laissons influencer par leur dires.

Suffit-il donc d'accomplir de multiples observances extérieurement et de tout pratiquer d'une façon quelconque ? Certes, nos coutumes de Cîteaux, par exemple,

forment un moule merveilleux, trait génial de nos Pères. Chacun des points de nos observances est l'expression de la volonté de Dieu, comme le moindre des ordres de nos Supérieurs. Mais, si nous accordons notre confiance au seul côté extérieur, Dieu ne pourrait-il pas nous dire comme aux pharisiens : «Isaïe a bien prophétisé de vous, hypocrites, ainsi qu'il est écrit : ce peuple m'honore des lèvres, mais son cœur est loin de moi»<sup>5</sup> ? Il y a un danger réel de tomber dans la routine, peut être même dans l'illusion; on risque de devenir peu à peu un moine attiédi, sans conviction, qui, tout en continuant à vivre pour Dieu, pourrait en arriver à ne plus jamais penser vraiment à Lui. On a oublié le principal, l'âme qui doit vivifier le moule.

Ceci, loin de nous décourager, doit simplement de mettre en garde. Voyant le danger bien en face, nous aurons plus d'ardeur pour rechercher tout ce qui permet d'éviter cette « médiocrité anonyme des élites », cause de temps de maux<sup>6</sup>.

« On s'étonne, dit le Père Lallemand, de voir tant de religieux qui, après avoir vécu en état de grâce des quarante et cinquante ans, disant la messe tous les jours et pratiquant tous les saints exercices de la vie religieuse..., ont une vie toute naturelle.<sup>7</sup> » Et ailleurs, il précise : « la vie extérieure des religieux qui s'emploient au service du prochain est fort imparfaite et même dangereuse, si elle n'est accompagnée de la vie intérieure. »

Et bien souvent l'apostolat des laïques, au lieu d'en être animé, n'est-il pas mené au détriment de la vie intérieure ? D'où une belle floraison qui ne dure pas !

Cette vie intérieure a-t-elle donc une si grande importance ?

## I.- SANS VIE INTERIEURE, PAS DE SAINTETE

C'est elle, en effet, qui nous permet d'éviter la routine, ce danger de toute vie et spécialement de toute vie religieuse. C'est elle qui établit les différences – et quelle différence ! – entre deux personnes qui font apparemment les mêmes actions, entre deux moines extérieurement aussi réguliers. C'est elle, répétons-le, qui mène à la sainteté.

N'avez-vous pas remarqué que, si vous ne pensez pas vraiment et souvent à Dieu, vous agissez bien vite d'une façon quelconque ? Si vous ne faites pas plus de progrès dans la vertu, n'est-ce pas parce que vous ne mettez pas *tout votre amour dans toutes vos actions* ?

Nous ne devons jamais oublier que ce ne sont pas nos actions qui glorifient Dieu et nous sanctifient, mais l'esprit avec lequel nous les faisons. L'homme vaut, non par ce qu'il dit ou parce qu'il fait, mais par ce qu'il est. Dieu ne compte pas nos actions, Il les pèse. Il faut ajouter : « Mon amour est mon poids.<sup>8</sup> »

---

<sup>5</sup> Mc. VII, 6.

<sup>6</sup> Expression du R.P. de Guibert, S.J., au cours d'une retraite.

<sup>7</sup> Doctrine spirituelle, nouv. édit., 1924, p.205.

<sup>8</sup> Pondus meum amor meus. S. Augustin., Conf. L. XIII, C, IX, n. 10.

« Ce que nous attendons de vous, disait un prédicateur de retraite des Cisterciens, ce ne sont ni vos prières, ni vos sacrifices, mais votre sainteté. » C'est maximes, si nettes et si prenantes, on peut toujours les approfondir davantage. Elles montrent bien que la valeur de vos actes dépend de nos vues de foi, de notre pureté d'intention, de notre degré d'amour, en un mot de notre vie intérieure. Elles nous aident à pénétrer par la foi le monde surnaturel dans lequel nous devons vivre.

Là, nous découvrons de nouveaux aperçus sur la valeur fondamentale de la vie intérieure, étudiée non pas dans l'abstrait, en elle-même, mais à travers le rayonnement des âmes.

## II.- DIEU A LA RECHERCHE D'ÂMES INTÉRIEURES

Quelle importance Dieu attache-t-il donc à une âme intérieure ? Nous ne pouvons nous empêcher de rapporter l'opinion de Saint-Thomas telle que la présente l'auteur des *Fleuves d'Eau Vive*.

N'avez-vous pas remarqué que Dieu « cherche » de telles âmes ? Notre-Seigneur dit en effet à la Samaritaine : « l'heure approche, et elle est déjà venue, où les vrais adorateurs adorons le Père en esprit est en vérité. *Nam et Pater tales quaerit qui adorent eum*, ce sont de tels adorateurs que le Père demande.<sup>9</sup> »

« Saint-Thomas s'est arrêté devant cette parole vraiment extraordinaire : *Dieu à la recherche de quelque chose*. Et il fait remarquer que cette expression prouve tout d'abord que les vrais adorateurs sont rares. On ne cherche pas ce que l'on trouve partout. Mais surtout, il montre que cette recherche de Dieu est éminemment active.... Quand on nous dit qu'Il cherche des adorateurs, c'est qu'Il est façonné ; et Il les façonne par sa recherche elle-même.<sup>10</sup> »

Ainsi Dieu cherche des adorateurs en esprit et en vérité, c'est-à-dire des âmes contemplatives ou plus simplement des âmes intérieures. Pour mieux comprendre cette mystérieuse opération, l'auteur, toujours à la suite de Saint-Thomas, la compare à la recherche active de l'artiste poursuivant la production de son chef-d'œuvre :

« Le chef-d'œuvre de Dieu..... ce sont ces âmes privilégiées en qui se réalisera toute sa pensée. » Dieu se penche sur « ces petites âmes pleinement livrées à son action<sup>11</sup> ». Il travaille ce « marbre vivant.... Ce *quaerit* de Notre-Seigneur serait donc à faire frémir s'il n'avait daigné le faire précéder de cet autre mot : *Pater*. Cet artiste redoutable est un Père et dès lors, quelques terribles que nous paraissent ce que nous serions tentés d'appeler ses cruautés, quelques douloureuses que soient ses opérations purificatrices, nous savons qu'elles sont inspirées par un immense

---

<sup>9</sup> Jn, IV, 23.

<sup>10</sup> *Des Fleuves d'eau vive*, par un frère Prêcheur. Lyon, 1942, p.2187

<sup>11</sup> *Ibid.* p.218.

amour<sup>12</sup>».

Dieu est donc à la recherche d'âmes intérieures, d'abord parce qu'elles sont rares, et surtout parce qu'il les aime. Cela suffirait approuver leur valeur. Mais il est une autre preuve, nous dit encore le R.P. Dehau, que c'est bien le « point central » de l'œuvre divine, « c'est qu'il y en a un autre qui a exactement les mêmes appréciations que Dieu ».

### III. - LE DIABLE LES HAÏT

« Celui-là, c'est un ennemi, mais c'est un esprit (Esprit dévoyé, mais enfin un fameux esprit). Il n'a pas les illusions des hommes.... S'il s'aperçoit qu'une petite âme va s'adonner à l'oraison, s'il la voit se laisser chercher et travailler par Dieu.... Oh ! Alors, il ne connaît plus de repos, il a recours à tous les moyens pour arrêter, entraver ce travail de Dieu, ou du moins le diminuer, le gâcher un peu dans le détail.» Il fait tout pour décourager cette âme et la détourner de la vie intérieure.

Sa rage nous prouve combien une telle âme a de valeur pour la rédemption du monde jusqu'à quel point il la considère comme son implacable adversaire. Il emploiera contre elle ses artifices les plus secrets et les plus rusés.

Dans le monde, les âmes intérieures rencontrent, en effet, sortes de difficultés qui leur viennent en premier lieu des exigences de leur devoir d'état, de leur situation, etc..... Bien souvent, on les ridiculise. Même dans les réunions pieuses, elles trouvent toutes sortes d'obstacles. Le diable, très malin, leur souffle de bonnes raisons : « Il faut être raisonnable ! Le bon Dieu n'en demande pas tant, Il n'est pas si exigeant ! Telle activité vous réclame; personne ne peut vous remplacer, etc. etc... »

C'est sur les cloîtres surtout que le démon s'acharne. Quel obstacle serait pour lui toute une communauté vivante d'une vie intérieure intense ! Il essaye d'abord de ruiner l'esprit religieux. Il s'efforce de trouver quelque complice qui se posera pratiquement, consciemment ou non, en adversaire de la vie intérieure. Par lui il essaiera de minimiser l'idéal de la vie monastique : « Pourquoi tant d'histoires ? À quoi bon persévérer dans l'oraison ? » Des points d'interrogation, des doutes peuvent ainsi surgir. Et, au lieu de tendre vers une vie d'union toujours plus intime avec Dieu, on même peu à peu une vie plus facile, plus raisonnable....

C'est ainsi que le démon s'efforce d'empêcher les hommes de se laisser faire par Dieu. Par la même, il prouve la valeur de celles que Dieu appelle à être ses chefs-d'œuvre.

---

<sup>12</sup> Ibid. p.220.

#### IV.- L'ÉGLISE NE PEUT S'EN PASSER

Nous devons être persuadés qu'une seule âme intérieure, une seule âme, qui tend à la perfection rend plus de gloire à Dieu que des milliers de religieux ou de chrétiens quelconques. Quelle influence surnaturelle une telle âme exerce sur le monde ! Le rayonnement visible du Saint Curé d'Ars ou de Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus doit nous aider à nous en faire une petite idée. Son influence s'étend à toute l'église jusqu'à la fin du monde.

La petite sainte de Lisieux, reprenant le mot de Saint-Jean de la Croix, déclarait elle-même : *Le plus petit mouvement de pur amour est plus utile à l'Eglise ma mère que toutes les autres œuvres réunies ensemble.*<sup>13</sup>

Consummata affirme que de l'union intime à Dieu « Il résulte une grande puissance d'intercession. Il me semble qu'on peut ainsi infiniment plus pour la gloire de Dieu et pour les âmes que dans tout ce qu'on peut faire d'autre.<sup>14</sup> » « Tout âme qui s'élève, élève le monde<sup>15</sup> », aimait à redire Élisabeth Leseur.

Si les âmes intérieures ont toujours eu une telle importance dans l'Eglise, cela est encore plus vrai actuellement.

« Plus que toute autre chose, dans le siècle où nous sommes, il faut des saints », écrit le P. Plus dans la *Sainteté Catholique*, faisant écho à M. Maritain : « La sainteté, voilà qui est réclamé avant tout par l'angoisse du temps présent.<sup>16</sup> » Et celui-ci ajoute : « Comme Dieu proportionne ses grâces aux besoins et ne tente personne au dessus de ses forces, on verra sans doute coïncider avec le pire état de l'histoire humaine une floraison de sainteté.<sup>17</sup> » Cette floraison de sainteté constitue « l'anneau d'or plus ample que le ciel, la terre et toute autres choses<sup>18</sup> », cet anneau d'amour pur et parfait à travers lequel Dieu contemple sa création.

« Notre époque, comme le faisait remarquer Baumann, à ses mystiques aussi, la plupart, il est vrai, cachés ; sans quoi elle ne pourrait vivre.<sup>19</sup> » Ce sont justement les âmes qui ont une vie intérieure intense. Ce sont elles qui forment le « vrai royaume » de Dieu. Non, le Christ n'a pas manqué son but, comme pourraient le penser ceux qui ne jugent que de l'extérieur. Il est Roi, Roi d'un grand royaume, celui de toutes les âmes intérieures.

Et si Dieu suffit aux saints, on peut dire aussi avec le R. P. Dehau – chose stupéfiante – que « les saints suffisent pleinement à Dieu ».

Ces quelques citations nous persuaderont facilement du rôle que joue une âme intérieure dans l'Eglise et dans le monde.

---

<sup>13</sup> Histoire d'une âme, Ch XI, p.217 (90e mille)

<sup>14</sup> CONSUMMATA, *Lettre et notes spirituelles*, Toulouse, 1921, p.191.

<sup>15</sup> Devise donnée à sa sœur, ct. Journal, Paris, 1917.

<sup>16</sup> P.PLUS, *La Sainteté Catholique*, p. 140.

<sup>17</sup> MARITAIN, *Primauté du spirituel*, p. 124.

<sup>18</sup> Ruysborck, *Livre des sept clôtures*.

<sup>19</sup> *L'anneau d'or des grands mystiques*, Préface, p5.

## V.- EXPERIENCE DE LA VIE INTERIEURE

Mais les plus belles raisons ne peuvent nous convaincre aussi efficacement qu'une expérience vécue personnellement. Et si Dieu le permet, nous pouvons faire cette expérience de différentes manières.

### Rencontre d'une âme intérieure.

Nous pouvons d'abord avoir le bonheur de rencontrer une âme intérieure et de vivre auprès d'elle. Prenons l'exemple d'une communauté fervente où, au milieu de moines généreux, rayonne une âme très unie à Dieu. Il se peut que certains, la regardant comme suspecte, la tiennent pour ainsi dire à l'écart. Mais, si vous sommes admis dans son intimité, nous expérimenterons rapidement le bienfait de son influence.

Au fur et à mesure du développement de sa vie intérieure, notre estime et notre admiration grandissent. Nous sommes conquis par la flamme qui embrase cette âme. Véritable apôtre, elle exerce par sa seule présence un apostolat bien supérieur à tout apostolat actif, car elle encourage d'autres âmes à rechercher la vie intérieure.

On sent qu'elle est en possession de la vérité. Elle rayonne la paix et la joie, car elle possède Dieu. Elle captive plus que tout ce qu'on peut lire dans les livres. C'est l'âme de Dieu, qui vit toujours avec Lui, est l'idéal vivant vers lequel chacun doit tendre à sa manière et suivant sa voie. C'est ainsi que se crée un courant qui, en se développant, pourra transformer la vie d'un monastère pour des années, pour des siècles peut-être.

Vous trouverez dans le monde des exemples analogues d'âmes intérieures transformant peu à peu leur milieu. N'oublions pas que, si Dieu nous met en contact avec de telles âmes, c'est de sa part une délicatesse par laquelle il nous appelle aussi à devenir des âmes intérieures : Il veut faire de chacun d'entre nous un maillon de la chaîne qui, loin d'arrêter le courant, va l'intensifier.

Si nous sommes prêtres, rappelons nous qu'en contribuant à former ne fût-ce qu'une seule de ces âmes nous exerçons le plus grand et le plus fécond des apostolats. Car, suivant la pensée de Saint-Jean de la Croix, il ne s'agit pas tant de convertir beaucoup d'hommes que d'en pousser une seule à la perfection.

### Rencontre d'une âme convertie à la vie intérieure.

Dieu peut mettre aussi sur notre chemin des âmes qui ont fait la découverte de la vie intérieure après l'avoir ignorée pendant tout un temps. Par exemple, tel moine a été durant trois ans, dix ans, quinze ans.... un bon religieux bien régulier. Mais, un jour, par une grâce spéciale dont il saura fêter l'anniversaire, il a découvert cette perle précieuse qu'est la vie intérieure. C'est ce que l'on appelle la seconde conversion.

Celui-là nous dira alors – et avec quelle conviction : « ma vie a changé complètement je sens bien la différence. Autrefois je vivais pour Dieu, maintenant je vis aussi avec Lui. »

En mesure de comparer son existence avant et après cette grâce, il apprécie l'immense bienfait de la vie nouvelle qu'il mène. Il goûte vraiment la paix et la joie. Dans son enthousiasme grandissant il veut immédiatement convertir tout le monde. Il est en même temps très catégorique, écartant énergiquement pour lui comme pour les autres tout ce qui ne peut être utile à la vie intérieure.

A l'occasion, il répondra à ceux qui voudraient la juger sans en avoir l'expérience « De même que vous ne pouvez faire la différence entre un verre de vin fin et un verre de piquette, si vous n'y avez au moins trempé les lèvres, de même, si vous n'en avez fait l'expérience, vous ne pouvez savoir à quel point la vie intérieure transforme tout. N'en parlez pas avant d'y avoir au moins goûté ! »

### **Avant-goût gratuit.**

C'est la troisième expérience dont nous voulons parler, expérience personnelle tout à l'intime de l'âme, qui nous donnera une conviction autrement forte, bien plus profonde que les précédentes.

Dieu, en effet, qui connaît notre faiblesse, nous permet parfois de Le découvrir un peu, alors même que nous n'avons pas une vie intérieure intense. Cette grâce, absolument gratuite, donne un avant-goût qui nous fait *expérimenter* toute la différence entre une vie quelconque et la vie d'intimité avec Dieu. C'est comme l'appel personnel, particulier qui se surajoute à l'appel général. Dieu semble nous dire : « Voilà ce qui t'attend. Travaille à te purifier pour que Je puisse Me donner à toi ! »

Forts de cette conviction personnelle qui dépasse tout, nous serons plus tenaces pour retrouver ce que nous avons un instant goûté. Et il est bien rare qu'un religieux fervent puisse dire qu'il n'a pas fait cette expérience un jour ou l'autre, d'une manière ou d'une autre. C'est le moment alors de persévérer à travers tout pour répondre à une marque aussi tangible de l'amour de Dieu.

### **Diminution de notre vie intérieure.**

Si nous avons déjà découvert la « perle précieuse », nous pouvons encore expérimenter d'une façon actuelle l'importance de la vie intérieure. Il peut se faire que pendant une certaine période nous cessions de la développer, qu'il y ait faute ou non de notre part (négligence, surcharge extérieure par suite du devoir d'État, impuissance physique due à la maladie, etc.).

Nous sentons alors diminuer notre application aux choses surnaturelles. Nous gardons bien une pensée vague du Bon Dieu. Mais ce n'est plus cela, il manque quelque chose. Nous expérimentons ainsi la nécessité où nous sommes d'entretenir toujours d'une façon actuelle notre vie intérieure. Nous expérimentons combien tout, sans elle, est vide. Ce n'est plus vivre vraiment, c'est l'exil. On préférera la mort.

Le Bon Dieu permet cette épreuve pour nous faire mieux apprécier la valeur de la vie intérieure. Nous deviendrons alors de plus en plus vigilants pour éviter qu'elle ne baisse en quoi que ce soit par notre faute.

Nous risquerions sans cela de faire une dernière expérience bien triste et bien lamentable. Si, par sa faute, on lâche la vie d'union à Dieu après avoir atteint un degré parfois assez élevé, on peut en être complètement désaxé et même tomber très bas. On erre comme une âme en peine, car la vraie vie a disparu.

Nous devons donc être pleinement décidés, non plus seulement d'une conviction intellectuelle, mais d'une conviction vécue personnellement, à faire tout ce qui dépend de nous pour la développer sans cesse.

Mais il ne faut pas nous lancer en aveugle. Nous allons donc essayer de bien préciser le but à atteindre.



## CHAPITRE II

### NOTION ET DEFINITION

Beaucoup d'auteurs spirituels parlent de vie intérieure. Mais tous ceux qui en vivent n'éprouvent pas de ce fait le besoin d'en bien préciser la notion. Il est plus facile de décrire les manifestations de la vie intérieure que de dire ce qu'elle est.

Essayons cependant de donner une notion-définition aussi claire, aussi complète et aussi proche du réel que possible.

On envisage parfois le mot vie sous deux aspects un peu différents. On veut désigner tantôt l'essence ou le principe de la vie, tantôt les opérations qui découlent de ce principe.

#### I – LE PRINCIPE DE LA VIE INTERIEURE

Quel est donc le principe de notre vie intérieure ? C'est la vie divine que le Saint Esprit nous communique par la grâce sanctifiantes.

Chaque chrétien reçoit au baptême ce principe de vie. Il devient ainsi enfant adoptif de Dieu et frère du Christ. Ce principe se développe en lui chaque fois qu'il reçoit les sacrements, même si il ne les reçoit qu'avec le minimum des dispositions convenables.

Un chrétien est-il donc une âme intérieure par le seul fait qu'il est en état de grâce ?

Comment se fait-il alors, nous le disions plus haut avec le P. Lallemand, qu'après des années de pratique des sacrements une âme puisse mener encore une vie toute naturelle ? La vie divine est pourtant en elle à l'état de principe, et cette âme a bien soin d'éviter tout péché mortel !

Non une âme en état de grâce n'est pas, par le fait même, une âme intérieure. Cette attitude encore négative ne suffit pas à Dieu. Cette âme ressemble au serviteur dont parle l'Évangile qui, n'ayant reçu qu'un talent, l'enfouit soigneusement pour le rendre intact à son maître. Si Notre-Seigneur le

blâme –*serve male et piger*<sup>20</sup>. « Mauvais serviteur et fainéant »–, c’est parce qu’il n’a pas fait fortifier ce qu’il avait reçu<sup>21</sup>.

Il ne suffit donc pas que la grâce soit en nous un simple principe de vie. Il n’y aura de vie et la vie de pourra se développer pleinement que dans la mesure où le principe se manifestera par des actes.

Nous ne participons à la nature divine que pour pouvoir prendre part à la vie divine. Or, Dieu nous en m’a rendu capable en complétant l’élévation de tout notre être à l’ordre surnaturel par les vertus infuses et les dons du Saint Esprit.

Conserver l’état de grâce est une première condition indispensable, mais cela ne peut Lui suffire. S’en tenir là serait un grand danger pour certains religieux trop enclins à ne voir dans le cloître qu’un port où l’on se réfugie pour sauver son âme. Bien au contraire, l’essence même de la vie religieuse est de tendre à la perfection et donc de faire fructifier le trésor reçu.

## II. - SON DEVELOPPEMENT PAR LA COOPERATION DE L’AME A L’ACTION DE DIEU

Abordons maintenant le second aspect que l’on envisage le plus généralement : « la vie c’est le développement d’un principe vital » suivant les lois qui lui sont propres.

Il faut que la grâce sanctifiante se développe et transforme tout notre être et toutes nos facultés pour nous faire vivre de plus en plus cette vie divine à laquelle Dieu nous appelle, pour nous faire agir vraiment en enfant de Dieu.

Ce développement nous ne pouvons l’effectuer seul. Il faut que Dieu intervienne. À chaque instant Notre-Seigneur Jésus-Christ nous donne par son Esprit-Saint les grâces actuelles méritées pour nous pendant sa vie mortelle. Nous restons libre pourtant – c’est de foi – de repousser ou d’accueillir cet influx divin.

C’est pourquoi le P. Lallemand peut dire : « L’essence spirituelle et intérieure consiste en deux choses : d’un côté dans les opérations de Dieu dans l’âme, dans les lumières qui éclairent l’entendement, dans les inspirations qui touchent la volonté ; et de l’autre en la contemplation de Jésus ma lumière et mon dispensateur de la grâce.

Cette coopération doit se faire d’abord sur le plan intérieur avant de se traduire à l’extérieur. L’obéissance pourrait suffire à ce dernier point de vue.

---

<sup>20</sup> Mth. XXV. 26.

<sup>21</sup> Notre-Seigneur se plaignait ainsi à sœur consolateur :

« Je suis en beaucoup de cœur comme un trésor infructueux ; ils me possèdent, parce qu’ils ont la grâce, mais ils ne me font pas valoir. » (Cité par P. Plus, *Dieu en nous*, ed. 1934, p. 173.)

« Nos Supérieur, nos Règles, les devoirs de notre état peuvent bien me diriger pour le regard de l'extérieur et me marquer ce que Dieu veut que je fasse en ce temps et en ce lieu, mais non pas m'enseigner la manière avec laquelle Dieu veut que je le fasse. » Des actes purement extérieurs ne suffiraient pas à faire fructifier mon effort ; il manquerait le principal : les dispositions intérieures.

Il ne suffit donc pas de vivre pour Dieu, il faut encore vivre avec Dieu.

Tel est le domaine de la vie intérieure : « elle consiste en deux sortes d'actes, savoir : dans les pensées et les affections.....Nos pensées dit Saint-Bernard, doivent être dans la recherche de la vérité, et nos affection dans la ferveur de la charité. De cette manière, l'esprit et le cœur étant appliqués à Dieu, étant pleinement possédé de Dieu, au milieu même des occupations extérieures on ne peut prier Dieu on ne perd point Dieu de vue, et l'on est toujours dans l'exercice de son amour »

Il s'agit donc comme point de départ, d'occuper nos facultés des choses surnaturelles en coopérant à l'action du Saint-Esprit qui veut développer dès ici-bas cette vie divine dont le germe a été déposé en nous par le baptême.

Mais il y a bien des degrés dans cette coopération intérieure.

### III. – LES DIFFERENTES PHASES DE LA VIE INTERIEURE

Le modèle parfait de la vie intérieure, c'est la vie intime de Dieu au sein de la Trinité. Jésus, le fils unique par nature, participe en plénitude à cette vie divine. Nous avons tous reçu de cette plénitude<sup>22</sup>. Elle est la source de la grâce sanctifiante qui nous rend capables de connaître et d'aimer Dieu surnaturellement, de Le connaître comme Il se connaît et de L'aimer comme Il s'aime.

Tendre ardemment vers cet idéal, tel sera notre premier pas dans la vie intérieure. Nous serons alors sollicités à entrer plus avant dans l'intimité de Dieu et nous essaierons de nous entretenir cœur à cœur avec Lui. Enfin, assoiffés de vie divine, nous chercherons à nous identifier de plus en plus à Jésus pour le laisser vivre en nous, pour que ce soit Lui qui connaisse et aime son père en nous.

Ces trois principales phases du développement intérieur s'offrent à toutes les âmes baptisées. En cela, d'ailleurs, aucune nouveauté. St Paul n'enseigne pas autre chose à ses nouveaux convertis, bien éloignés d'être tous des intellectuels.

---

<sup>22</sup> Cf. Jn. 1.16.

## Premier degré : tendre vers Dieu.

D'après ce que nous venons de voir, pour devenir une âme intérieure, nous devons développer le principe de vie que le Christ nous communique par l'Esprit-Saint.

En quoi cela consiste-t-il ? Saint-Paul le dit aux Colossiens: *Si consurrexistis cum Christo*, « si vous êtes ressuscité avec le Christ » – C'est-à-dire si vous avez en vous la vie divine, la vie du Christ –, mais vivez en donc ! Ne vous endormez pas ! Ne vivez pas d'une façon humaine, quelconque ; vivez divinement, surnaturellement ! Et pour cela : *Quae sursum sunt quaerite... quae sursum sunt sapite, non quae super terram*, « Cherchez les choses d'en haut, goûtez les choses d'en haut et non les choses de la terre<sup>23</sup>. »

Cette recherche de Dieu va donc occuper nos facultés des choses surnaturelles. Elle les détache d'abord de la créature vers laquelle elles étaient surtout dirigées. Elle les purifie, les libère et les oriente vers Dieu. Les livres spirituels nous attirent et nous nous imprégnons par la méditation des beautés que nous y trouvons.

C'est le début de la vie intérieure.

## Deuxième degré : Nous entretenir cœur à cœur avec Dieu.

Si l'âme persévère et se rend à l'invitation de Saint-Paul, connaissant, Dieu chaque jour davantage par la lecture et la méditation, elle éprouve un nouveau désir. S'occuper des choses d'en haut ne lui suffit plus. Elle désire s'entretenir cœur à cœur avec Dieu, comme un enfant avec son Père. Sa méditation se simplifie et devient peu à peu oraison affective, puis oraisons de simplicité – dans ses premiers degrés<sup>24</sup>.

Elle vit déjà au Ciel par l'affection, dégagé de tout ce qui est terrestre. Comme le dit Saint-Paul ou Philippiens : *Nostra autem conversatio in coelis est* ; Pour nous, « notre cité », notre patrie « est dans les cieux<sup>25</sup> ». Contrairement aux ennemis du Christ qui font « leur Dieu de leurs ventres et n'ont de goût que pour les choses de la terre<sup>26</sup> », nous vivons de cœur au ciel, nous entretenons sans cesse avec les divines Personnes, comme le dit aussi Saint-Jean : *Societas nostra sit cum Patre et cum Filio ejus Jesu Christo*, « Que notre communion soit avec le Père et avec son fils Jésus-Christ<sup>27</sup> ». L'âme devient de plus en plus surnaturelle.

---

<sup>23</sup> Coloss. III. 1-2.

<sup>24</sup> Pour ces notions, cf. La pratique de l'oraison mentale, Tome I ed. du cerf, 1945.

<sup>25</sup> Philip. III, 19-20

<sup>26</sup> Philip. III, 19-20

<sup>27</sup> I Jo. 1,3.

### Troisième degré : Nous identifier à Jésus.

L'âme à plus que le simple titre d'enfant de Dieu, elle mène vraiment la vie d'un enfant adoptif admis dans l'intimité de la vie divine. Aussi est-elle amenée, comme logiquement, à avoir en tout le même sentiment que Jésus, le Fils unique. Elle sort de l'oraison, qui se simplifie de plus en plus, désireuse de se laisser former par l'Esprit-Saint, pour qu'Il reproduise en elle les sentiments intérieurs que Lui-même a formé dans l'âme de Jésus.

L'entretien cœur à cœur se réduit bientôt à un simple regard. La dévotion devient plus profonde, plus intime. Cherchant uniquement à se laisser identifier au Christ par l'Esprit Saint, l'âme, de plus en plus morte au monde et à elle-même, mène une vie silencieuse toute cachée en Dieu avec le Christ, suivant la parole de saint Paul aux Colossiens *Mortui enim estis, vita vestra est abscondita cum Christo in Deo*<sup>28</sup>.

Elle pourra bientôt dire, si elle persévère, cette autre paroles de Saint-Paul : « Je vis ce n'est plus moi qui vis, c'est le Christ et qui vit en moi », *Vivo autem, jam non ego, vivit vero in me Christus*<sup>29</sup>.

Et, l'âme poursuivant toujours cette vie de contemplation et d'amour, le dernier stade de la vie intérieure, le plus vaste et le plus riche, lui sera ouvert. Le Christ sera vraiment devenu toute sa vie : *Mihi vivere Christus est.* « Pour moi, vivre c'est le Christ <sup>30</sup>! »

## IV – DEFINITION DE LA VIE INTERIEURE

L'étude du développement progressif de la vie intérieure sous l'action de la grâce nous permet de donner une définition qui, tout en s'appliquant aux deux premiers degrés, se vérifie pleinement au troisième :

*La vie intérieure, c'est la vie du Christ que Celui-ci nous communique dans la mesure où, détachée de la créature, silencieuse, attentive et souple, notre âme se livre à la motion de l'Esprit-Saint pour se laisser agir par Lui jusqu'à devenir vraiment enfant de Dieu, selon la parole de Saint-Paul : Quicumque enim Spiritu Dei aguntur, ii sunt filii Dei, « Tous ceux qui sont agis par l'Esprit de Dieu sont fils de Dieu. »*

---

<sup>28</sup> Car vous êtes morts au monde, et votre vie est cachée en Dieu avec Jésus-Christ. Coloss. III, 3.

<sup>29</sup> Gal. II, 20.

<sup>30</sup> Philip. I, 21.

Jésus, en effet, ne se contente pas de nous communiquer un principe de vie, il ne Lui suffit pas d'être de notre parfait modèle pour toutes les actions extérieures. Il veut vraiment être la vie de notre âme ; Il veut surtout nous communiquer sa vie intérieure<sup>31</sup> pour que nous formions avec Lui non seulement un seul corps, mais un seul esprit et un seul cœur.

## V. – LA VIE INTERIEURE DE JESUS

Complétons notre définition de la vie intérieure en rappelant brièvement quelques traits de la vie intime de celui dont l'âme est par excellence l'« âme intérieure » : Notre-Seigneur Jésus-Christ.

Certes, il a toujours vécu par son Père : *Ego vivo propter Patrem*<sup>32</sup> et aussi pour Lui, mais, de plus, Jésus a vécu à chaque instant avec son Père : *Solus non sum, sed ego et qui misit me Pater*, « Je ne suis pas seul, mon Père..... est avec moi.<sup>33</sup>»

Aussi voyons-nous Notre-Seigneur « toujours recueilli en la divinité qui habitait substantiellement en Lui<sup>34</sup> ». C'est le Père qui dirige tous ses mouvements : *Pater in me manens facit opera*<sup>35</sup>, inspire toutes ses paroles : *Ipse mandatum dedit quid dicum et quid loquar*<sup>36</sup> préside à toutes ses démarches : *A meipso facio mihil*<sup>37</sup>

Cette union de volonté entre Jésus et son Père est telle qu'Il peut dire : *Quae placita sunt ei facia semper*, « je fais toujours ce qui lui plaît<sup>38</sup>. Les moindres actes, les moindres désirs, les moindres pensées de Jésus se font sous l'influence de la vie divine qui est en lui.

C'est cette vie que Jésus veut nous communiquer pour nous faire devenir à son exemple des âmes «*Marchant toujours recueillies en la présence de Dieu*», *ambulantes cum Deo intus*.<sup>39</sup>

Mais cet idéal, comment le réaliser ? Cette vie divine que Jésus me communique par son Esprit-Saint, comment vais-je lui permettre pratiquement de transformer tout mon être ? Comment va-t-elle faire de moi une âme intérieure ?

C'est le point que nous allons aborder maintenant et sur lequel nous insisterons davantage.

---

<sup>31</sup> « La vie intérieure de Jésus-Christ, dit M. Ollier, consiste dans ses dispositions et ses sentiments intérieurs envers toutes choses : par exemple, dans sa religion envers Dieu, dans son amour envers le prochain, dans son anéantissement par rapport à lui-même.....» *Catéchisme chrétien pour la vie intérieure*, P. 36.

<sup>32</sup> Jn, IV, 58.

<sup>33</sup> Jn, VIII, 16.

<sup>34</sup> HAMON, Méditations, tome II, Lundi 3<sup>e</sup> semaine ap. Pâques.

<sup>35</sup> « Le Père qui demeure en moi fait lui-même ces œuvres.» Jn. VIII, 29.

<sup>36</sup> « Le Père m'a prescrit Lui-même ce que je dois dire et ce que je dois enseigner.» Jn. XII, 49

<sup>37</sup> « Je ne fais rien de moi-même.» Jn. VIII, 28.

<sup>38</sup> Jn. VIII, 29.

<sup>39</sup> *Imitation*, Liv. II, Ch VI, 4.

## CHAPITRE III

### POUR DEVENIR UNE AME INTERIEURE

#### **Article 1<sup>er</sup> DEUX GRANDS MOYENS**

De quels moyens disposons-nous pour tendre vers l'idéal si captivant que nous venons de préciser?

Nous ne parlons pas ici des moyens officiels présentés par l'Eglise, tels que les Sacrements, la Sainte Messe, etc.... Nous supposons une fois pour toute que nous en usons d'une façon fréquente et régulière. Ils doivent toujours garder la première place. Nous cherchons en ce moment les moyens qui nous permettront de profiter au maximum de ses « canaux authentiques de la grâce ». Les auteurs spirituels en présentent un grand nombre. Tous sont d'accord sur la nécessité de l'oraison pour une âme qui tend à la perfection.

Ils s'ingénient en outre à la compléter par des pratiques divers ce qui, croyons-nous, peuvent se ramener à l'exercice de la présence de Dieu, moyen à la fois simple et pratique, qui doit nous mener sûrement et rapidement à la vraie vie intérieure.

#### **I. – LA PENSEE DE SAINT FRANCOIS DE SALES ET DE SAINT BENOIT**

Saint-François-de-Sales, ce grand et aimable saint, cette âme si intérieure, nous donne deux grands moyens qui lui ont parfaitement réussi.

Hamon, dans sa vie de l'évêque de Genève, résume ainsi que les « moyens par lesquels François de Sales s'éleva à la sainteté<sup>40</sup> » :

« Le premier moyen qu'il employa, ce fut la *fidélité à l'oraison*. » En les détachant du créé, il orientait ainsi ses pensées, ses affections, ses volontés vers les choses surnaturelles. « Chaque matin il consacrait au moins une heure à l'oraison ; chaque soir il accompagnait la récitation du chapelet de la méditation des mystères, de manière à la faire durer aussi une heure..... »

« L'exercice de la présence de Dieu », qu'il appelait l'oraison active, « était le second moyen qu'il employait ». Aussi Saint-François-de-Sales le recommandait-il avec insistance à ses filles de la Visitation « comme leur pain

---

<sup>40</sup> Hamon, curé de saint Sulpice, *Vie de Saint François de Sales*, 1883, Liv. VII, Ch II.

quotidien et leur exercice ordinaire..... Il n'y a point d'exercices spirituels et qui n'entre-jette plus commodément ni plus utilement dans les actions humaines. ...ni qui nous affermissent davantage soit en la grâce, soit en nos bons propos... C'est le cher exercice des bienheureux, ou plutôt le continuel exercice de leur béatitude.... La plus grande part des manquements que commettent en leurs devoir les personnes pieuses vient de ce qu'elles ne se tiennent pas assez en la présence de Dieu<sup>41</sup>».

« Il faisait grande estime de trois exercices spirituels, dit encore Mgr Camus. Son favori était le premier, c'est-à-dire celui de la présence de Dieu, et vous savez, mes Sœurs, que c'est celui qu'il vous a le plus recommandé et qui se pratique davantage dans vos maisons.»

Le saint le pratiquait lui-même à tel point qu'à Ste Chantal lui demandant un jour s'il était longtemps sans penser à Dieu il répondit : « Quelquefois presque un quart d'heure<sup>42</sup>.» Par-là, il gardait pendant tout le jour « une union continuelle à Dieu» qui lui permit de dire à Ste Chantal, lorsque celle-ci lui demanda une autre fois si elle avait pu faire de son oraison le matin : « Non, mais je fais ce qui la vaut.<sup>43</sup> »

Et dans *l'Introduction à a vie dévote*, le saint dit lui-même en parlant de« l'exercice de la retraite spirituelle» ou recueillement intérieur et « des oraisons jaculatoire<sup>44</sup>» – deux formes de l'exercice de la présence de Dieu : « Il peut suppléer au défaut de toutes les autres oraisons, mais le manque d'icelui ne peut presque point être réparé par aucun autre moyen. Sans icelui, on ne peut pas bien faire la vie contemplative et ne saurait-on que mal faire la vie active.... C'est pourquoi je vous conjure de l'embrasser de tout votre cœur sans jamais vous en départir<sup>45</sup> ...»

La pensée de Saint-François-de-Sales et donc bien nette : pour permettre à une âme pieuse d'arriver à la vie intérieure, deux moyens : *l'oraison, prolongée tout au long du jour par l'exercice de la présence de Dieu.*

Et si, pour une raison quelconque, on est obligé, une fois ou l'autre, de se borner à un seul de ces deux moyens, c'est le dernier qui doit prévaloir (du moins pour une âme qui a déjà une certaine expérience de l'oraison).

Arrivée à cet état habituel de l'union à Dieu, l'âme a, par le fait même, la vie intérieure, cette application de l'esprit et de la volonté à l'action de Dieu au dedans d'elle-même. Elle reste ainsi toujours disposée à coopérer à l'action divines.

---

<sup>41</sup> Ibid., Part VII,sect II.

<sup>42</sup> Vie p. 332.

<sup>43</sup> Vie p.330.

<sup>44</sup> Pour bien comprendre le sens de ces expressions, se reporter aux ch. XII et XIII de la 2<sup>e</sup> part. de *l'Introduction à la vie dévote*, dont nous donnons plus loin certains passages caractéristiques.

<sup>45</sup> Introduction à la vie dévote, Iie part., Ch. XIII, fin.



Notre père Saint-Benoît ne donne pas d'autres moyens dans sa règle pour la formation individuelle du moine. Tout se résume pratiquement<sup>46</sup> pour lui dans ces deux instruments des bonnes œuvres :

le 57<sup>e</sup> : *Orationi frequenter incumbere* ,« se livrer fréquemment à l'oraison» ;

et le 49<sup>e</sup> : *In omni loco Deum* ,« en tout lieux tenir pour certain que Dieu nous voit ».

Nous retrouvons bien là, avec toute la concision de Saint-Benoît, les moyens indiqués par Saint-François-de-Sales. Nous verrons que notre bienheureux Père, lui aussi, insiste davantage sur la présence de Dieu.

## II. – PREMIER MOYEN : L'ORAISON

Il ne rentre pas dans le cadre de cette étude d'examiner en détail la pratique de l'oraison mentale, indispensable, de l'avis de tous, à la vie intérieure. Nous en parlons ailleurs<sup>47</sup> d'une façon suffisamment complète. Ici nous nous bornerons à rappeler deux points :

D'abord le *frequenter incumbere* de Saint-Benoît : se livrer fréquemment à l'oraison.

Saint-François-de-Sales, qui s'adresse à des gens pris par leurs affaires pendant la journée, parle d'une heure d'oraison le matin, complétée – pour lui – part une heure le soir.

Saint-Benoît au contraire, suivant en cela toutes les traditions des anciens moines, préfère les oraisons fréquentes, mais courtes : *ideo brevis debet esseet pura oratio*,<sup>48</sup> afin qu'elles soient pures.

C'est d'ailleurs une des merveilles de notre règle cistercienne que de sauvegarder toujours cette possibilité. Grâce aux intervalles (temps laissé aux moines pour vaquer librement à la recherche de Dieu selon ses attrait) nous pouvons faire fréquemment de courtes visites à l'église, comme nous pouvons aussi prolonger notre oraison si l'Esprit-Saint nous y invite : *nisi forte ex affectu inspirationis divinae gratiae protendatur*<sup>49</sup>. (Ne croyons pas qu'il faille pour cela un attrait irrésistible ; le simple désir suffit<sup>50</sup>.)

---

<sup>46</sup> Le 57<sup>e</sup> résume et résume la pensée du saint pour le reste de la formation (Cf. Le retour à Dieu pour Saint-Benoît).

<sup>47</sup> Cf. *La pratique de l'oraison Mentale*, ed du Cerf, 1945

<sup>48</sup> Règle ; Ch. XX.

<sup>49</sup> *ibid.*

<sup>50</sup> Nos premiers pères de si tôt on replie explicitement ce point de règles, comme le prouve ce passage du Ch. LXXI des Consuetudines : *Fratres igitur egressi de capitulo sedeant ad lectionem, exeptis illis quibus procurantibus officia legere non vacat. Quae tamen postquam expleverint redeant ad lectionem. Ad orationem vero ire possunt in ecclesiam non solum tunc sed et omni tempore lectionis et ad omnia intervalla.* « ... il est bien entendu que les frères peuvent aller faire aux raisons à

Insistons aussi sur un point capital : la nécessité de la *préparation éloignée* ou habituelle pour toute âme qui veut s'adonner à l'oraison.

Des éléments essentiels, c'est peut-être celui qui manque le plus souvent. Et pourtant sa nécessité apparaît clairement à quiconque a bien compris ce qu'est l'oraison. Impossible, en effet, de prier sans une préparation éloignée habituelle. Nous avons dit<sup>51</sup> que l'oraison est *une élévation de l'âme vers Dieu*. Pour que l'âme puisse s'élever vers Dieu, il faut nécessairement que ses facultés soient libérées, disciplinées et livrées à Dieu. Cela suppose un travail de tous les instants.

La libération des facultés de l'âme se fait par le détachement effectif et affectif du péché, par la *mortification* extérieure et intérieure. C'est la purification du cœur. Une âme pure est une âme libre. Ses facultés une fois libérées, il faut que l'âme en soit maîtresse. Elle doit donc les *discipliner* et cela par le moyen de *l'obéissance* à la volonté et au jugement d'autrui. L'obéissance est de tous les instants dans la vie monastique.

Enfin, rien ne nous prépare mieux à nous *livrer* totalement à Dieu dans l'oraison que le dévouement à nos frères par la pratique de la *charité fraternelle*. L'âme ayant appris à s'oublier à se donner au prochain est ensuite capable de se donner à Dieu dans la foi et l'amour.

Tous ces renoncements sont nécessaires à la pratique de l'oraison. Pour qui veut bien la faire et rester fidèle, c'est vraiment « l'exercice de plus haute vaillance <sup>52</sup>».

En retour, à la fin de chacune de nos oraisons, notre âme sera pleinement orientée vers Dieu, complètement livrée à lui.

### III. – DEUXIEME MOYEN : L'EXERCICE DE LA PRESENCE DE DIEU

Être ainsi orienté vers Dieu, c'est la disposition de fond de l'âme qui tend à la sainteté. La vie intérieure consistera pour elle à se maintenir dans cette disposition d'une façon aussi continuelle que possible, tout le long du jour.

Nous savons par expérience combien c'est difficile, combien notre volonté change. Trop vite, au lieu de penser à Dieu et de vivre pour lui, nous L'oublions nous vivons pour nous.

L'exercice de la présence de Dieu a pour but de nous aider à éviter cet oubli par des *retours à Dieu*. Ils consistent pratiquement à *rétablir en notre âme les dispositions qu'elle avait en sortant de l'oraison*, où à les *maintenir*, ou à les

---

l'église non seulement à ce moment-là(Après le chapitre), mais durant tout le temps consacré à la lecture et durant tous les intervalles.»

<sup>51</sup> Cf. La pratique de l'oraison mentale, Tome I, p. 59.

<sup>52</sup> Cf. R. BRUCKENBERGER, Rejoindre Dieu, p. 17, 21<sup>e</sup> ed.

*intensifier*, suivant l'état où nous sommes.

Ce sont donc des actes qui nous permettent de garder nos facultés toujours plus orientées vers Dieu, toujours plus livrées à lui. Ils sont comme la conséquence logique et le prolongement naturel de l'oraison qui devient grâce à eux, non plus un acte passager sans influence, mais un état de prière.

Ils en sont aussi la meilleure préparation. Une sainte âme, le P. Chaminade, le fondateur des Marianistes, a pu dire : « On pose en principe que celui qui ne fait pas une heureuse habitude de l'exercice de la présence de Dieu ne fera jamais oraison.... Il faut donc s'exercer souvent, en dehors de l'oraison, à la présence de Dieu, afin d'en acquérir l'habitude. »

### **Le retour à Dieu, ses éléments, ses formes successives.**

Il s'agit au fond de faire le point de temps en temps, non plus seulement le matin, à midi et le soir, par des examens particuliers, mais plus souvent au cours de nos actions, à part un petit examen comprenant les éléments essentiels de l'oraison : silence et présence de Dieu, en même temps que ceux de l'examen de conscience bien compris.

Ce retour à Dieu comprend essentiellement trois temps :

*Premier temps* : Me remettant en présence de Dieu, je me demande : qu'est-ce que Dieu veut de moi ? Sa volonté m'apparaît aussitôt.

*Deuxième temps* : Est-ce que j'y réponds ? Est-ce que je coopère à l'action de Dieu ?

*Troisième temps* : Si je ne faisais pas parfaitement la volonté de Dieu, je rentre en Dieu, je *redresse* et je rectifie mon intention en le rendant conforme à la sienne. Si je faisais sa volonté, je *maintiens* mon intention. Et je *l'intensifie* en me livrant davantage à l'action de Dieu, si j'agissais d'une façon quelconque, un peu négligemment, sans grand élan.

Tels sont les éléments du retour à Dieu, abrégée de l'oraison et de l'examen de conscience. C'est un acte à la fois d'intelligence et de volonté qui doit faire *rejoindre* Dieu, faire reprendre contact avec Lui, non pas par un vague souvenir, mais par une pensée vraie qui, prenant tout mon être, entraîne mon affection et ma volonté, conforme ma volonté à la sienne et me fait coopérer à son action tout intime au fond de mon âme.

A première vue ces trois temps peuvent effrayer. Il est vrai que cet exercice demande au début un certain effort, il faut savoir se l'imposer pour

pénible qu'il puisse paraître.

Bien vite il se simplifie et le retour devient un simple coup d'œil. Voyez la différence entre un chauffeur qui apprend à conduire et un chauffeur expérimenté. Le premier est obligé de prêter attention à quantité de détails, le second tient la route sans aucune difficulté. Un simple coup d'œil et tout le reste suit. Ainsi pour le retour à Dieu. Les trois temps se réduisent bientôt, par l'habitude d'action de grâces, à un simple coup d'œil : c'est le coup d'œil-examen, le coup d'aile qui rejette en Dieu.

Si l'on peut au début compter les retours à Dieu, ils se multiplient peu à peu en se simplifiant et en s'imprégnant d'amour. Bientôt il n'y a plus qu'un simple regard habituel, souvenir amoureux de Dieu qui nous suit tout le long du jour et qu'on sent le besoin d'intensifier de temps en temps.

Telles sont les trois principales formes successives des retours à Dieu, correspondant au 3 degrés d'oraison ordinaire. Nous pouvons employer l'une ou l'autre au cours de la journée suivant nos dispositions du moment.

Notons que le retour à Dieu, comme tout acte surnaturel est à la fois *l'œuvre de Dieu est l'œuvre de l'homme*.

Au début surtout, et à certaines époques de sécheresse ou de difficultés spéciales, le gros effort de volonté que nous impose la pratique des retours pourrait nous porter à croire que Dieu nous laisse agir tout seul. Détrompons nous. Il agit toujours avec nous *suaviter et fortiter*, « Doucement et fortement ». Mais ces voix sont mystérieuses.

Parfois son aide reste cachée, imperceptible et pourtant très intense. Il nous attire, nous assoiffe de plus en plus, tout en nous laissant, angoissant, le sentiment de notre impuissance...

A d'autres moments, son action devient tangible, évidente. Elle peut se faire merveilleusement douce et délicate, comme en récompense de notre fidélité au temps de la sécheresse. L'âme se forme, mais surtout Dieu la forme. Il y a plus soif de nous que nous de Lui. Il nous cherche encore plus que nous ne le cherchons. Il faudrait être Dieu lui-même pour comprendre – dans toute la force de ce mot – l'immense plaisir, la joie infinie qu'Il y a à se donner en répandant sa grâce à chaque instant, si nous y sommes attentifs.

Rien d'autre à faire pour une âme intérieure que de regarder Dieu et de vivre sous son regard. Cela suffit, le reste suivra. De la rencontre des regards jaillira l'union des volontés.

## Le retour à Dieu pour Saint-François-de-Sales.

C'est bien ce qu'entendait Saint-François-de-Sales quand il parlait de recueillement intérieur et d'aspirations et oraison jaculatoire, « fréquent regard de Dieu et de nous ou de Dieu en nous et de nous en Dieu. », « courtes élévations d'esprit vers Dieu, comme des élans de notre âme<sup>53</sup> ». « Rappeler le plus souvent que vous pourrez, parmi la journée, votre esprit en la présence de Dieu... Regardez ce que Dieu fait et ce que vous faites ; vous verrez ses yeux tournés de votre côté et perpétuellement fichés sur vous par un amour incomparable. Où sommes-nous, ô mon âme? Notre vraie place, c'est Dieu, et où est-ce que nous nous trouvons<sup>54</sup> ? »

Pour rester à notre vraie place, il suffit de la solitude du cœur qui demeure en présence de Dieu, même au milieu des conversations et des affaires. « Aspirer donc bien souvent en Dieu, Philotée, par de courts, mais ardents élancement de votre cœur<sup>55</sup>.... » et le saint fait remarquer que ces exercices, disons ces retours à Dieu, « n'empêchent nullement, mais servent beaucoup à la poursuite de ce que nous faisons <sup>56</sup> ». « Enfin, comme ceux qui sont amoureux d'un amoureux ma naturelle ou presque toujours leurs pensées tournées du côté de choses et mes points. Point. Ainsi ce qui aime Dieu ne peuvent cesser de penser à lui, respirer pour lui, aspirer à lui et parler de lui.<sup>57</sup>.. »

## Le retour à Dieu pour Saint-Benoît.

C'est aussi la pensée de Saint-Benoît. Il présente, en effet, dans sa Règle, l'exercice de la présence de Dieu comme le premier et le grand moyen de la formation acétique du moine. L'insistance du saint patriarche, homme de grande expérience, si concis et si pratique dans toute sa Règle, montre l'importance extrême qu'il attache à un exercice que rien ne saurait remplacer.

« L'homme, dit-il au premier degré d'humidité, doit être persuadé que Dieu le considère du haut du ciel continuellement et qu'en tout lieu ses actions se passent sous les yeux de la divinité<sup>58</sup>. » Dieu nous regarde à tout instant pour voir où nous en sommes : « Le Seigneur regarde constamment les enfants des hommes, afin de voir s'il est quelqu'un qui ait l'intelligence et qui cherche Dieu. »

Il importe de remarquer ici que Saint-Benoît allie toujours à la *présence de Dieu la vigilance sur son intérieur*. Il est inutile de penser à Dieu, si cela n'a pas d'influence sur nos actes ; de même qu'il ne serait pas bénédictin de borner sa

---

<sup>53</sup> Esprit de Saint François de sales, Part. XI, sect. XII.

<sup>54</sup> Introduction à la vie dévote, II Part., Ch. XII/

<sup>55</sup> Ibid., II Part., Ch. XIII.

<sup>56</sup> Ibid, II Part. ?, Ch XIII.

<sup>57</sup> Ibid, II Part. ?, Ch XIII

<sup>58</sup> Ibid, II Citation du Ps. XIII, 2.

vie spirituelle à veiller sur soi, même dans le but de progresser vers la perfection. Au 49<sup>e</sup> instrument des bonnes œuvres est indissolublement uni le 48<sup>e</sup>. C'est par ce que « je tiens pour certain que Dieu me voit en tout lieux » (49<sup>e</sup>) que « je veille à toute heure sur les actions de ma vie » (48<sup>e</sup>). Le premier degré d'humilité n'est que le développement de ces deux instruments inséparables l'un de l'autre.

D'autres part, la deuxième partie du Prologue de la Règle complète admirablement la pensée de Saint-Benoît sur la présence de Dieu.

Avant tout, *Dieu* est présenté « comme un Etre très personnel, comme *un quelqu'un bien vivant*<sup>59</sup> », comme un Père qui fait attention à chacun de ses enfants.

Il s'occupe toujours de nous, prêt à nous juger, nous et nos actions. Il nous regarde pour voir si nous faisons attention à Lui. Si nous prêtons l'oreille, Il nous manifeste sa volonté. Il agit sur nous et Il nous appelle (grâce actuelle) chaque jour, à toute heure, à tout instant : *Vox divina clamans quotidie...* Enfin, ce Père infiniment bon attends que nous répondions par des faits : *Expectat nos quotidie...factis nos respondere debere*<sup>60</sup>.

Il veut donc que nous coopérions à son action,. Cette réponse, avant tout intérieure, varie suivant que l'homme est plus ou moins avancé dans les voies de la perfection. Les appels diffèrent. C'est d'abord l'appel à la crainte : « Venez, mes fils, écoutez-moi, je vous enseignerai la crainte du Seigneur », *Timorem Domini docebo vos*<sup>61</sup>.

C'est ensuite l'appel à l'intimité, à la vie heureuse : *Quis est qui vult vitam ?* « Quoi de plus doux que cette voix du Seigneur qui nous invite<sup>62</sup> ? »

Enfin, c'est l'appel à la perfection avec tout un programme de vie parfaite.

A nous donc de répondre au regard de Dieu, à ses appels et à son attente. De pécheur que nous étions, vivant dans l'oubli de Dieu, nous sommes conviés à devenir enfants de Dieu, à vivre dans la pensée habituelle de son amour.

Quel chemin pratiquement nous suivre ?

Les retours à Dieu tel que nous les avons décrit semblent sous-tendus dans la pensée de Saint-Benoît. Chaque temps du retour constitue la réponse de l'homme aux différentes attitudes de Dieu à son égard.

- Dieu nous regarde : nous Le regardons.
- Dieu nous faire entendre ce qu'Il veut de nous : nous examinons comment pratiquement nous répondons à sa volonté.
- Dieu attend notre réponse ; nous coopérons en redressant, en maintenant ou

---

<sup>59</sup> Dom Anselme, *Retraite des Supérieurs à Citeaux* (1913), p. 19.

<sup>60</sup> Règle Prologue.

<sup>61</sup> Ibid

<sup>62</sup> Ibid

en intensifiant notre orientation vers Lui.

Et bientôt tout cela découle, pour ainsi dire tout naturellement, d'un simple regard amoureux, à la fois affectif et effectif, que nous fixions sur Dieu<sup>63</sup>.

Tel est le moyen que nous enseigne Saint-Benoît, pour vivre dès ici-bas dans l'intimité de Dieu et tendre à la perfection.

C'est d'ailleurs ainsi que le saint a été formé lui-même par Dieu. C'est le résumé de toute sa vie à Subiaco : *Soli Deo placere desiderans*, « Désirant plaire à Dieu seul<sup>64</sup> », « vivant seul avec lui-même sous le regard de Dieu », *Solus in superni spectoris oculis habitavit secum*.<sup>65</sup>

#### IV.- VIVRE EN PRESENCE DE DIEU

L'exercice de la Présence de Dieu, pratique des retours à Dieu, s'offre donc à nous comme le moyen le plus simple et le plus efficace – du moins d'après Saint-Benoît et Saint François de Sales – de préparer et de prolonger nos oraisons au cours de la journée et de vivre ainsi en union avec Dieu.

« Pour que notre vie soit une vie de prière, dit le P. de Foucault, il faut deux choses : d'abord qu'elle renferme un temps suffisamment long consacré uniquement chaque jour à la prière; ensuite que, pendant les heures consacrées à d'autres occupations, nous restions unis à Dieu, conservant la pensée de sa présence et tournant, par de fréquentes élévations, nos cœurs et nos regards vers Lui<sup>66</sup>. »

Ainsi Dieu n'est plus pour nous être lointain. Ces retours à Dieu de plus en plus fréquents nous établissent peu à peu dans un état où notre âme se trouve fixée en Dieu, pour ainsi dire, par un souvenir simple et amoureux. Nous vivons dès lors sous le regard de Dieu, nous vivons avec lui, toujours en sa présence, et participons vraiment à sa vie par la contemplation, l'amour et le don de nous même.

#### L'exemplaire idéal : la vie de la Trinité.

Quel est en effet la vie divine ?

---

<sup>63</sup> Nous retrouvons donc, chez Saint-Benoît comme chez Saint-François-de-Sales, les deux grandes catégories de retour à Dieu : petit examen de conscience (avec ses trois temps) pour le saint Patriarche, retraite spirituelle pour l'évêque de Genève, d'une part ; et d'autre part regards vers Dieu bénédictins, aspirations et oraisons jaculatoires salésiennes.

<sup>64</sup> Dialogue de Saint Grégoire le Grand, Livre II, Prologue.

<sup>65</sup> Ibid, Livre II, Ch. III.

<sup>66</sup> *Écrits spirituels* du P. de Foucault, pp. 11 – 12 (de Gigord).

Au sein de la Trinité, de toute éternité, le Père pense son Fils, expression vivante est parfaite du Père. Il Le contemple, Il l'aime et se donne à Lui. En retour, le Fils voit le Père de qui il reçoit tout, Il Le contemple, Il L'aime et Il se donne à lui. De ce mutuel amour, de ce don réciproque procède comme d'un principe unique l'Esprit-Saint, amour substantiel du Père et du Fils. La vie divine n'est qu'un océan d'amour dont le flux et le reflux va du Père au Fils et du Fils au Père par l'Esprit Saint.

Ainsi on peut dire que Dieu est le grand contemplatif parce qu'Il est l'Amour. Le Père et le Fils se contentent parce qu'ils s'aiment, et de cette mutuelle contemplation jaillit l'Amour. S'il nous est permis d'appliquer ces mots à Dieu, l'amour est le principe et le terme de leur contemplation.

### Retrouver la ressemblance perdue.

Nous savons par ailleurs que Dieu a voulu faire participer les hommes à sa vie propre.

Telle sera notre vie au ciel ; telle sera notre vie dès ici-bas si nous le voulons. Dieu, nous dit la Genèse, a créé l'homme à son image et à sa ressemblance. Et la suite du récit laisse entendre la douce intimité qui régnait entre l'homme et Dieu au Paradis terrestre.

Mais le péché a détruit cette belle harmonie. C'est la pensée de Saint-Bernard : l'homme « s'est exilée de la terre de la ressemblance pour rentrer dans la terre de la dissemblance<sup>67</sup> ». Mais il garde cependant l'image de Dieu. Aussi le besoin d'aimer est-il inscrit au plus profond de sa nature. Nous sommes donc tous des contemplatifs, au sens large de ce mot, car tout homme possède avec ce besoin d'aimer le principe même de la contemplation. Nous contemplons toujours quelqu'un, ne fusse que nous-mêmes.

Mais, parce qu'à cause du péché notre regard, au lieu de se porter vers Dieu, se tourne vers la créature, il s'agit pour nous, en revenant à Dieu, de retrouver la ressemblance perdue. Il faut nous détacher de la créature pour regarder Dieu, Le contempler, L'aimer et nous donner à Lui, reproduisant ainsi sa vie intime. C'est parce que j'aime Dieu que je Le contemple, et je le contemple pour mieux L'aimer. L'amour devient le principe de la fin de ma contemplation.

Ainsi, dans la mesure où nous retrouvons la ressemblance avec Dieu, nous portons vers lui nos regards et nous rencontrons le sien. Nous vivons en sa présence, nous vivons avec Lui.

---

<sup>67</sup> Gilson, *La Théologie mystique de Saint-Bernard*, Ch. II, Regio Dissimilitudinis, p. 62.  
CF Saint-Bernard, *De diversis*, Sermo XLII.



## Ambulare cum deo, marcher avec Dieu.

Dans l'Ancien Testament, Dieu n'avait pas donné aux Patriarches d'autres méthodes de spiritualité : *Ambula coram me et esto perfectus*<sup>68</sup>, disait-il à Abraham. Ce que Saint-François-de-Sales traduisait ainsi : « Marche devant moi, c'est à dire en ma présence, soit parfait<sup>69</sup>. »

Tous l'éloge funèbre d'Hénoch<sup>70</sup> et de Noé<sup>71</sup> se réduit à ces mots éloquentes dans leur simplicité : *Ambulavit cum Deo*, ils vivaient avec Dieu.

« L'écriture, en effet, nous dit Mgr Gay, semble résumer la vie et les vertus de ces géants de sainteté que furent les Patriarches quand elle dit de chacun d'eux : Il marche ici-bas devant la face du Seigneur, c'est-à-dire sans nul doute en regardant toujours cette sublime Majesté qui toujours nous regarde et nous voit<sup>72</sup>. »

Mais Dieu était encore lointain pour la plupart des hommes. Ils ne savaient pas rencontrer son regard. L'incarnation a rapproché de nous le regard de Dieu, l'a humanisé ; c'est Jésus qui nous regarde et le regard de Jésus ne cesse plus de captiver les âmes pour les conduire à son Père.

Enfin, comme si cette condescendance ne suffisait pas, le regard de Dieu s'est pour ainsi dire maternisé dans le regard de Marie. Attirés par le regard de la Sainte Vierge qui ne saurait effrayer personne, par Elle nous serons conduit peu à peu à l'intimité de Jésus.

À Dieu, par Marie, avec Jésus, dans l'Esprit-Saint. Tous s'occupent de nous et exercent sans cesse sur nous leur action mystérieuse. Mais, de même que les fleurs aux nuances variées reçoivent du soleil la chaleur nécessaire, de même l'action de Dieu sur les âmes, bien qu'immuable dans son principe, est pourtant multiple dans ses effets. S'adaptant aux dispositions différentes, ce faisant pour ainsi dire toutes à nous, elle tient toujours prête la nourriture qui convient à chacun.

Nous ne nous étonnerons donc pas de n'être pas captivés de la même façon à tout instant par les regards divins dont nous allons parler. Il importe cependant de les connaître pour pouvoir, dociles à l'action de la grâce, prendre conscience de ces regards pleins d'amour et nous livrer à leur action bienfaisante, en un mot « vivre en présence de Dieu » de ce « principe caché » qui, dit Mgr Catherinet, « fait éclore la vie intérieure, en provoque les développements et la fait épanouir en sainteté<sup>73</sup> ».

---

<sup>68</sup> Gen, XVII, I.

<sup>69</sup> *Esprit de Saint François de Sales*, Part. VII, sect. II.

<sup>70</sup> Gen. V, 22,24.

<sup>71</sup> Gen. VI, 9.

<sup>72</sup> Vie et vertus chrétiennes, de la crainte de Dieu, t. I, p. 215.

<sup>73</sup> Mgr CATHERINET, *Initiation à l'exercice de la présence de Dieu*, Introduction.

## **Article II LE MOYEN PRINCIPAL**

### **VIVRE SOUS LES REGARDS DIVINS**

#### **I. – REGARD DE DIEU**

Quelle idée faut-il se faire pratiquement du regard de Dieu?

Un moyen simple souvent très efficace et d'identifier le regard de Dieu avec sa Pensée.

*Dieu me pense de toute éternité. Ce n'est pas, suivant l'admirable doctrine de Saint-Augustin, parce que nous existons que Dieu nous voit et qu'Il nous aime, mais c'est parce qu'Il nous pense et qu'Il nous aime que nous existons.*

De toute éternité Dieu s'occupe de moi, m'entoure de son amour avec toutes ses perfections, comme si j'étais son unique créature : « Béni soit Dieu, le Père de Notre Seigneur Jésus-Christ, qui nous a bénis dans le Christ de toutes sortes de bénédictions spirituelles dans les Cieux ! C'est en Lui qu'Il nous a élu, dès avant la création du monde, pour que nous soyons saints et irrépréhensibles en sa présence, nous ayant, dans son amour, prédestinés à être ses fils adoptifs par Jésus-Christ<sup>74</sup>.....»

Au temps fixé sa Pensée et son Amour m'ont donné l'être, et à chaque instant Dieu continue à me conserver et à me soutenir dans l'existence. Même quand je l'offense, je ne peux le faire qu'avec les forces qu'Il me donne.

Bien plus, si je suis en état de grâce, Dieu pousse son amour jusqu'à se donner Lui-même à moi et me rend capable de commencer dès ici-bas à vivre de sa vie et à jouir de sa présence.

Ainsi nous sommes toujours présent à Dieu, en ce sens qu'à tout instant Il pense à nous, Il nous aime et Il se donne à nous.. Mais, pour nous, *Dieu nous est-il toujours présent ?*

---

<sup>74</sup> Eph. I, 3-5.

Hélas ! Repliés sur nous-mêmes dominés par notre égoïsme, nous  
L'oublions trop souvent

Nous devons tendre à vivre de plus en plus en présence de Dieu, fixant  
simplement notre regard sur son regard, attentifs à coopérer à son action prêts à  
répondre aux grâces qu'Il nous donne sans cesse.

Pour nous y aider, nous allons considérer quatre principaux aspects de ce  
regard de Dieu.

### Regard purifiant.

Saint-Benoît, qui cherche d'abord à purifier l'âme du moine, mais surtout  
en relief cet aspect du regard de Dieu, bien connu du psalmiste.

« Dieu, dit celui-ci, regarde du haut du Ciel et Il voit tous les fils des  
hommes<sup>75</sup>. » Mais, ajoute-t-il ailleurs, « l'impie n'a pas d'autre pensée dans son  
cœur que celle de pécher ; car la crainte de Dieu n'est pas devant ses yeux ». *Dixit  
injustus ut delinquat in semetipso ; non est timor Dei ante oculos ejus*<sup>76</sup>.

A l'opposé, Saint-Benoît pose en principe que le moine « doit avoir  
constamment la crainte de Dieu devant les yeux<sup>77</sup> ». Autrement dit, je dois me  
souvenir que le regard de Dieu est toujours fixé sur moi ; je me rappelle ainsi que  
Dieu existe, qu'Il est mon créateur, mon maître et mon Juge. Ce souvenir  
engendre la crainte et me « préserve à toute heure des péchés et des vices<sup>78</sup> ». Que  
l'homme « fuie donc totalement l'oubli de Dieu<sup>79</sup> » pour se *détacher  
effectivement du mal*. Par ce moyen qu'il développe ensuite, le saint patriarche  
veut nous faire parvenir à la pureté du cœur prêchée par les Anciens.

N'est-ce pas d'ailleurs un fait d'expérience que les enfants pour faire le  
mal, ou ce qu'ils croient mal, se cachent de leurs parents ? On lit dans la vie de  
Don Bosco que ceux de ses garçons dont la conscience n'était pas tranquille  
évitait de le rencontrer, car ils savaient que son regard pénétrait dans leur  
intérieur et y lisait leurs fautes.

De même, dans la vie surnaturelle, il faut prendre conscience que Dieu  
nous voit. C'est une aide puissante pour réaliser *l'aversion a creaturis*. Nous  
parviendrons ainsi à la *conversio ad Deum* et rétablirons l'ordre détruit par le  
péché. Les retours à Dieu doivent nous le permettre. À force de jeter notre regard  
vers Dieu et de revenir à Lui, nous arriverons peu à peu à constater que tout bien  
est en Lui. Pourquoi dès lors chercher le bonheur dans la créature ? Gardant la  
vigilance du cœur par les retours à Dieu, nous nous détacherons affectivement  
du péché en nous dégageant peu à peu des créatures et en regardant le Créateur.

---

<sup>75</sup> *De coelo respexit Dominus : vidit omnes filios hominum*. Ps. XXXII, 13.

<sup>76</sup> Ps. XXXV, 2.

<sup>77</sup> *Règle*, Ch. VII, 1<sup>er</sup> degré d'humilité.

<sup>78</sup> *Ibid*

<sup>79</sup> *Ibid*

Tout le reste s'effacera: *Animae videnti creatorem angusta est omni creatura*, « À l'âme qui voit le créateur toute créature paraît petite<sup>80</sup>».

Il arrivera même une époque de notre vie spirituelle où *Dieu* nous apparaîtra tellement le *Tout* que ne voudront plus le quitter. Au lieu de nous appliquer à éviter toute conversion vers la créature, nous n'aurons plus qu'un désir : éviter de quitter Dieu.

Cette attitude d'âme, ou *virginité d'esprit*, idéal du chartreux, suppose déjà un état assez élevé d'intimité avec Dieu. L'âme s'efforce alors de maintenir le contact, de rester sous le regard de Dieu, en laissant tomber la moindre impression, le moindre retour sur elle-même. Elle sait qu'il suffit de si peu de chose pour déclencher son cinéma intérieur. Aussi, au moindre incident, elle s'efforce de se dégager, de se dépasser pour remonter en Dieu. Elle fera ainsi de petits retours mille fois le jour, petits coups d'aile, rétablissements (en souplesse), redressements à peine sensibles, semblables à ceux du chauffeur expérimenté. Cette mortification héroïque lui obtiendra un cœur pur dont toutes les énergies seront fixées en Dieu et auquel Celui-ci pourra se communiquer.

Tel est le moine décrit par Saint-Benoît, arrivés au sommet de l'échelle de l'humilité et complètement mort au monde et à lui-même, parce qu'il marche toujours avec Dieu.

Cette méthode indiquée par le saint patriarche n'est d'ailleurs pas différente du grand moyen que Dieu emploie quand il veut purifier lui-même une âme.

Dans les purifications passives, en effet, Dieu impose à l'âme son souvenir continu. Elle ne peut plus perdre la présence de Dieu. Elle est poursuivie par ce regard de Dieu qui lui donne à la fois un besoin douloureux de Lui et l'impuissance de s'occuper d'autre chose. Et en même temps elle se croit repoussée par Dieu. Dans ces moments-là, elle ne pourrait se laisser aller volontairement à la moindre imperfection ; résister serait se soustraire à l'emprise de Dieu.

Telles sont les principales étapes de notre purification par la crainte qu'inspire le regard divin.

### Regard Sanctifiant.

Or M<sup>gr</sup> nous dit : « Faites de cette crainte le prélude de toutes vos œuvres, en pensant rapidement à quelques unes des perfections de l'Être Infini devant qui vous les faites et pour qui vous les devez faire. Une fidélité entière et

---

<sup>80</sup> Saint Grégoire le Grand, *Dialogues*, Liv. II, Ch. XXXV.

constante à cette seule pratique nous rendrait saint en peu de temps<sup>81</sup>.» Cette crainte est donc aussi sanctifiante.

Ne vous êtes-vous pas déjà posé cette question : comment se fait-il que je ne deviens pas meilleur, que je ne monte pas en sainteté, alors que, par ailleurs, je crois pouvoir dire que je n'offense pas le Bon Dieu et que je fais sa volonté? Vous pourriez sans doute répondre comme tel religieux : C'est que j'agis d'une façon quelconque, un peu négligemment, ne mettant pas dans mes actions tout ce que je pourrais y mettre de pureté d'intention, d'amour, de générosité. C'est en un mot par ce que *je ne vis pas assez sous le regard de Dieu*.

Et c'est bien vrai ! Si nous agissions en présence de Dieu, nous voudrions toujours lui faire plaisir.

N'en est-il pas ainsi dans l'ordre demain ? Le fiancé sous le regard de sa fiancée, le soldat en présence d'un chef aimé ne donnent-ils pas tout ce dont ils sont capables ? De même, nous donnerons à nos actions toute leur valeur, nous y mettrons le maximum de délicatesse, si nous vivons en présence de ce Dieu qui nous regarde et qui nous aime. D'autant que Dieu, voyant nos dispositions, nous offre sa grâce avec abondance pour sanctifier nos actions (part de Dieu, part de l'homme)

Ainsi pourrions-nous combattre efficacement la routine et la médiocrité. Nous expérimenterons que, si nous pensons à Dieu, nous vivons pour Lui, mais que, si nous ne pensons pas à Lui, nous vivons pour nous, selon cette parole de Notre-Seigneur à une âme : « *Quand tu penses à moi, tu vis pour Moi ; quand tu ne penses pas à Moi, tu vis pour toi.* »

Pour cette raison, Saint-Benoît nous demande d'agir toujours – ou d'obéir toujours, c'est identique – comme si Dieu lui-même nous commandait : *Ac si divinus imperetur*<sup>82</sup>. Nous devons croire à cette présence divine surtout en assistant à l'office divin : *maxime divinam esse praesentiam sine aliqua dubitatione credamus*<sup>83</sup>. De plus, comme nous le demande encore Saint-Benoît, devant voir Dieu dans tous les points de règle, dans notre Abbé, dans nos Supérieurs, dans nos frères, dans les infirmes et même dans les événements.

Vivant ainsi sous le regard de Dieu, nous aurons la crainte du Seigneur, crainte sanctifiante, non plus d'offenser un « Père irrité <sup>84</sup> », mais de ne pas faire plaisir au *pius Pater* qui veut prendre en nous ses complaisances. Cette obéissance, pleine de foi et d'amour, est agréable à Dieu, *acceptabilis Deo*<sup>85</sup>, et Il sait bien se faire comprendre.

*Amanti nihil difficile est*, « rien ne coûte à celui qui aime », nous dit Saint-Bernard, ou encore, comme l'affirme Saint-Augustin : *In eo quod amatur, aut non*

---

<sup>81</sup> *Vie et Vertus, de la crainte de Dieu*, t. I, pp. 214-215.

<sup>82</sup> Règle, Ch. V.

<sup>83</sup> « La principalement ayons foi sans la moindre hésitation en cette présence divine. » Règle. Ch. XIX.

<sup>84</sup> Règle, prologue.

<sup>85</sup> Règle Ch. V.

*laboratur, aut et labor amator.* « Quand on aime, il n'y a pas de peine, ou, si il y a peine, même celle-ci est aimée<sup>86</sup> ! ».

### Regard Pacifiant.

Il y aura encore, cependant, bien des moments de trouble et d'inquiétude, provenant de causes diverses. Alors nous expérimenterons que le regard de Dieu est pacifiant.

Notre trouble peut venir d'un manque de soumission intérieure ; l'amour-propre se réveille et voudraient se révolter. Le regard de Dieu, le Créateur et le Maître, rappelle à la créature ce qu'elle est, la replace dans la vérité de ses relations avec Lui : *Ego Dominus*. Il est normal que nous nous soumettions. Cette soumission nous remet dans l'ordre, dans la tranquillité et par suite dans la Paix. C'est le fruit spécifique de l'humilité bénédictine, fondée d'ailleurs sur la présence de Dieu. La devise *Pax* le rappelle bien. Dieu s'impose à nous et nous impose la soumission.

Le trouble peut aussi venir de *causes extérieures*. L'âme est habituellement soumise à Dieu, mais elle est inquiète à la suite d'épreuves provenant des événements ou du prochain. Elle se tourne aussitôt vers Dieu, et bien vite le regard de Dieu va apaiser l'âme de son enfant. « Mon Dieu et mon Père ! » « Vous faites tout tourner à bien pour ceux qui vous aiment<sup>87</sup>. » « Mon Dieu, vous savez tout, vous pouvez tout, et vous m'aimez. » « Tout passe, Dieu seul demeure<sup>88</sup> ! » Pourquoi dès lors s'inquiéter ? La toute-puissante Bonté de notre Père nous pacifie.

Dieu peut cependant permettre que notre inquiétude ne persiste malgré nos essais de prière. On cherche alors la paix dans les secours humains. Mais, plus on consulte, plus le problème semble inextricable, plus on est inquiet. On n'avait oublié que Dieu, l'essentiel pourtant, l'unique nécessaire. Tournons-nous vers Lui avec persévérance dans une prière silencieuse et confiante, le calme reviendra, la lumière se fera.

Parfois même *Dieu* montre combien son intervention est forte et puissante. Il révèle la grandeur de son amour en *envahissant l'âme* d'une paix si profonde qu'elle pénètre jusqu'au fond de l'être. L'âme ne peut plus désormais s'inquiéter et pourtant humainement les raisons de craindre restent les mêmes. C'est le *pater* qui presse son enfant sur son sein et lui donne une telle confiance qu'il est prêt à tout braver (il est clair qu'il s'agit là d'un don tout gratuit de Dieu).

L'âme peut ainsi être amené à vivre *au dessus de toute inquiétude*. Elle connaîtra encore les épreuves, mais elle vit habituellement dans l'intimité de

---

<sup>86</sup> *Dimanche des Rameaux*, Sermons 1,2 *ad finem*.

<sup>87</sup> Rom. VIII, 28.

<sup>88</sup> Cf. Sainte Thérèse d'Avila et *L'abandon à la divine Providence* du P. de Caussade.

Dieu. Le souvenir habituel, qui résulte de sa contemplation amoureuse, la fait participer à la tranquillité de Dieu et l'élève au-dessus de la créature. *Semper tranquilla Trinitas ! Tranquillus Deus tranquillat omnia*, nous dit Saint-Bernard.<sup>89</sup>

Même dans les épreuves venant de Dieu l'âme souffrira, mais elle garde, au fond d'elle-même, la paix qui dépasse tout. Elle vit « immobile et paisible comme si elle était déjà dans l'Éternité<sup>90</sup> ». Toujours avec Dieu, ne cherchant que sa gloire émettant en Lui toute sa confiance, elle expérimente la force de la paix qu'Il lui donne en retour.

### Regard Unifiant.

Bien plus, le regard de Dieu devient unifiant.

On ne peut concevoir d'union plus intime que l'union des trois Personnes divines au sein de la Trinité. Nous avons vu que notre âme, créé à l'image de Dieu, participe à sa vie. Ainsi, plus nous contemplons Dieu, plus nous le regardons, plus étroite s'établit entre Dieu et nous une union qui nous fait penser et aimer comme Lui. Nous voyons et jugeons les choses comme Dieu les voit et les juge. Nous voyons tout à sa lumière : *In lumine tuo videbimus lumen*<sup>91</sup>. Nous aimons dès lors ce que Dieu aime, nous réprouvons ce qu'Il réprouve. Nous avons le même vouloir et le même non-vouloir, *idem velle, idem nolle*. Nous devenons un seul esprit et un seul cœur avec Lui : *Qui adhaeret Domino, unus spiritus est*.<sup>92</sup>

Adhérent à Dieu par ce regard amoureux que nous fixons sur Lui, nous Lui livrons notre âme avec ses facultés pour qu'Il les envahisse. Dieu se donne à l'âme et s'unit à elle. C'est ainsi que s'établit l'unité : *ut sint consummati in unum*<sup>93</sup>. Dans la mesure où l'âme contemplative maintient habituellement sur Dieu ce regard d'amour, elle est arrivée à l'union. Dieu est son unique bien, et elle vit vraiment « par Lui, avec Lui, en Lui ».

Cette union parfaite ne sera pleinement réalisée qu'au Ciel. Mais dès ici-bas devons y tendre. Comme le pense Saint Bernard, c'est déjà être parfait que de tendre vraiment à la perfection. Cherchons sans nous lasser le regard de Dieu. Mettons Le toujours entre les créatures et nous. Ainsi s'établira chaque jour plus profonde l'union entre l'âme et Dieu. Par la contemplation et l'amour, livrons-nous totalement à Lui.

Heureuses sont les âmes qui expérimentent ces différents regards de Dieu.

« Ayant appris à fréquenter Dieu en recourant souvent à Lui, il est nécessaire qu'elles Le goutent et qu'en le goûtant elles éprouvent combien le

---

<sup>89</sup> « Oh trinité toujours tranquille ! » « Le Dieu tranquille tranquillise tout »

<sup>90</sup> Prière de Sœur Elisabeth de la Trinité

<sup>91</sup> Ps. XXXV, 10.

<sup>92</sup> I Cor. VI, 17.

<sup>93</sup> Jn. XVII, 23.

Seigneur est doux.» *Ex occasione quippe frequentium necessitatum, crebris necesse est interpellationibus Deum ab homine frequetari, frequentando gustari, gustando probari quam suavis est Dominus*<sup>94</sup>.

Saint-Benoît dans sa règle – « une faible ébauche <sup>95</sup>», dit-il – ne prétendait pas faire un traité complet de spiritualité. Saint-Bernard, en explicitant et en prolongeant le saint patriarche, a donné sa note particulière à la spiritualité cistercienne. Saint-Benoît avait surtout montré le côté effectif et purifiant du regard de Dieu, Saint-Bernard en expose le côté affectif et unifiant. Il nous exhorte à fréquenter le Seigneur pour nous unir à Lui et trouve le bonheur.

En plus de cette voie directe, l'Abbé de Clairvaux nous indique une autre voie pour trouver Dieu. « L'échelle du pêcheur » consiste à se laisser conduire par Marie à Jésus et par Jésus au Père. Pour cela, il faut d'abord Les imiter – ce que Saint-Benoît disait d'un mot au troisième degré d'humilité : *imitans Dominum* - , il faut surtout Les fréquenter pour entrer dans leur intimité. Saint-Bernard nous invite donc, à l'un et à l'autre de ces deux stades, à regarder Jésus et Marie pour voir ce qu'Il nous demandent et pouvoir ainsi nous laissez former par leurs regards miséricordieux.

## II. – Regard de Jésus

Tout ce que nous venons de dire du regard de Dieu s'applique à Jésus en tant que Verbe ; nous voulons envisager maintenant son regard en tant qu'homme.

### Jésus m'a regardé.

*Dès le premier instant de son incarnation, Jésus à commencé à me regarder de son regard humain.*

En effet, dès cet instant, par sa vision béatifique et par sa science infuse, Jésus a connu toutes les générations présentes, passées et futures et il les a aimées. Il a connu et aimé non seulement tous les hommes d'une façon générale, mais chacun d'eux d'une façon personnelle et particulière. Dès cet instant, Jésus m'a donc connu et aimé comme si j'étais l'unique créature pour laquelle Il s'incarnât !

Ce regard, Jésus a continué à le poser sur moi pendant toute sa vie mortelle. À chaque instant, en effet, Il continuait à me connaître et à m'aimer de telle sorte qu'Il a fait chacune de ses actions en pensant à moi. Jour et nuit,

---

<sup>94</sup> Saint Bernard, *Traité de l'Amour de Dieu*, Ch. IX, n°26.

<sup>95</sup> Règle, Ch. LXXIII : *hanc minimam inchoationis regulam*.



pendant trente trois ans, j'étais dans sa pensée et dans son cœur. À Bethléem, à Nazareth, pendant sa vie publique, quand Il instituait la Sainte Eucharistie, toujours je lui étais personnellement et particulièrement présent!

A chaque instant, Jésus voyait mes péchés, mes fautes et mes indécidités. Elles l'ont fait souffrir pendant toute sa vie et tout particulièrement pendant sa Passion. Jésus a voulu souffrir pour moi, Il a voulu, par amour pour moi, réparer chacune de mes fautes : pendant son agonie douloureuse, pendant qu'il portait sa Croix, au moment du crucifiement et durant ses dernières heures au Calvaire, j'étais là, et chacune de mes fautes venaient augmenter sa souffrance.

On comprend alors la parole de Pascal : « Le Christ sera en en agonie jusqu'à la fin du monde, il ne faut pas dormir pendant ce temps-là.<sup>96</sup>» Certes, son agonie historique est terminée ; mais la cause de son agonie, tous les péchés de tous les hommes, dure toujours. Il a souffert dans le passé de mes péchés d'aujourd'hui.

Tel est l'enseignement de sa Sainteté Pie X dans l'encyclique *Miserentissimus Redemptor*: les fautes des hommes, « maintenant encore, causeraient la mort du Christ, entraînerait les mêmes douleurs et les mêmes afflictions, puisque chacune d'elles, ainsi qu'on l'admet, est censée renouveler à sa manière la Passion du Seigneur : « crucifiant de nouveau pour leur part le Fils de Dieu et Le livrant à l'ignominie<sup>97</sup> ». Que si, à cause de nos péchés futurs, mais prévus, l'âme du Christ devint triste jusqu'à la mort, elle a, sans nul doute, recueilli quelque consolation, prévue elle aussi, de nos actes de réparation, alors qu'un ange venant du Ciel Lui apparut<sup>98</sup> pour consoler son cœur accablé de dégoût et d'angoisse. Ainsi donc, ce Cœur Sacré, incessamment blessée par les péchés des ingrats, nous pouvons maintenant et même nous devons le consoler d'une manière mystérieuse, mais cependant réelle....<sup>99</sup>».

Souvenons-nous donc, en revanche, que nous avons pu consoler Notre-Seigneur pendant toute sa vie et spécialement pendant sa Passion. Jésus voyait alors nos bonnes actions. Aussi nos souffrances unies aux siennes L'ont vraiment consolé au milieu de ses douleurs<sup>100</sup>.

Nous devons à notre tour avoir toujours le regard fixé sur Jésus et c'est ainsi que nous aimerons la souffrance pour compatir, compenser compléter avec Lui<sup>101</sup>.

---

<sup>96</sup> *Le Mystère de Jésus*

<sup>97</sup> Heb.VI, 6 .

<sup>98</sup> Lc. XXII, 43

<sup>99</sup> *Actes de S.S. Pie XI*, ed. Bonne Presse, t.IV, p.108.

<sup>100</sup> « quand Jésus souffrait son agonie, en même temps que son regard contemplait avec épouvante tous les crimes passés, présents et futurs qui allaient déchaîner sur sa Personne les tourments immérités de sa Passion toute proche, il apercevait aussi tous les actes futurs de compassion et d'amour dont vibreraient un plus tard les âmes aimantes ; et de même que la première vision Le réduisit alors aux angoisses de l'agonie, de même la seconde vision contribua alors à encourager et à consoler son cœur.» Mgr Catherinet, *Ce qu'il faut savoir pour bien comprendre et bien faire l'Heure Sainte*, 4me ed., 1938, p.30.

<sup>101</sup> Cf. P. Plus, *La folie de la Croix*.

Cela ne vous sera d'autant plus facile que non seulement Jésus nous a regardé autrefois, mais qu'il ne cesse pas de nous regarder encore aujourd'hui de son regard humain.

### Jésus me regarde du haut du Ciel.

Là où Il se trouve Jésus continue à me regarder. Or, il est d'abord au ciel.

Peu d'auteurs parlent de ce regard de Jésus du haut du Ciel et peu d'âmes semblent y penser. Il est cependant exact de dire, non seulement que ce regard existe, mais que, dans sa Gloire, le regard de Jésus a encore plus de puissance que sur la terre.

C'est ce que signale le chanoine Beaudenom dans *Les Sources de la piété* : « Réjouissez-vous, ce sont bien ces yeux qui vous suivent ; c'est bien son cœur humain qui bat pour vous<sup>102</sup>. » « Cherchez le vrai regard de Jésus et ce chaud regard vous ranimera<sup>103</sup> ! »

Ce regard reflète les sentiments actuels de Jésus pour nous, car Jésus voit tout, Il juge tout.

À nous de Le trouver, de vivre sous son regard.

### Jésus me regarde du Tabernacle.

Jésus est aussi réellement présent, tout proche de moi, à l'Eglise, au Tabernacle. Il est là avec son corps, son âme et sa divinité. Et parce que son âme humaine, jouissant de la vision béatifique, voit en Dieu tout ce qui l'intéresse, on peut dire encore en toute vérité que Jésus nous voit.

Ste Gertrude avait la vision intellectuelle du regard de Notre-Seigneur toujours fixé sur elle du haut de son trône au Tabernacle. Ce doit être pour nous une aide puissante de croire et d'expérimenter que Jésus nous voit continuellement, qu'Il nous attend et qu'Il est prêt à se donner à nous. Nous tenir en sa présence doit être pour nous un puissant réconfort !

Dans l'ordre humain l'amitié n'est satisfaite que dans la mesure où les deux amis peuvent vivre l'un près de l'autre dans une union aussi intime que possible. La présence est, même dans l'ordre surnaturel, une loi nécessaire de l'amour.

---

<sup>102</sup> Les sources de la piété, p. 161.

<sup>103</sup> Id. p.159.

L'Évangile ne dit pas grand-chose sur la vie de Jésus à Nazareth. Quel amour unissait Jésus, Marie et Joseph ! Leur vie était sans doute très silencieuse, pleine de tendresse de délicatesse, mais il devait surtout y avoir entre eux de longs regards chargés d'amour, plus éloquents que toutes les paroles. Dans cette intimité recueillie et joyeuse, quel échange intense de sentiments !

De même, Jésus est là, au Tabernacle, fixant son regard sur nous. A nous de le chercher, de le rencontrer et de rester sous son influence. Nous pouvons le faire en allant prier tout près de lui. Mais ce regard de Jésus ne connaît pas d'obstacle et nous suit partout, dans le cloître, au noviciat, dans le parc, aux champs... Partout Jésus nous regarde comme Il regardait autrefois ses contemporains, dans les mêmes sentiments, les mêmes dispositions.

De même que les mystères du Christ, bien qu'historiquement accomplis, gardent toute leur vertu<sup>104</sup>, de même Jésus, présent pour nous dans la Sainte-Hostie, y garde toute la puissance qu'Il avait pendant sa vie mortelle. Nous pouvons Le toucher, comme Le touchaient ceux qui l'approchaient, nous pouvons *entrer « en contact » avec Lui* par la Foi et l'Amour. Notre regard amoureux rencontre son regard, et aussitôt, comme jadis, « une vertu sort de Lui<sup>105</sup> », Il nous accorde une grâce qui nous guérit et nous conforte.

Certes, c'est pour son Père d'abord que Notre-Seigneur est au Tabernacle. Il est le seul véritable adorateur, le « religieux » du Père. Mais Il est là aussi pour tous, et pour chacun de nous en particulier !

Nous devons croire à cette présence ; plus nous fréquenteront Jésus, mieux nous expérimenterons la profondeur de son amour.

Pour nous y aider, nous allons rechercher dans l'Évangile quelques-uns des regards de Notre-Seigneur sur ses contemporains. Au Tabernacle, Jésus conserve les mêmes sentiments.

### Jésus me regarde comme Il regardait ses contemporains

Si nous étions persuadés que Jésus s'adresse encore ainsi à chacun de nous, nous irions Le voir plus souvent. *Magister adest et vocat te*, « le Maître est là et il t'appelle<sup>106</sup> », disait Marthe à Marie. Ainsi en est-il encore. Jésus nous attend et nous lui procurons une grande joie quand nous allons Le voir pour nous entretenir avec Lui, dans l'intimité. Il souffre, au contraire, si, par indifférence nous Le laissons seul.

---

<sup>104</sup> Cf. Don Marmion, *Le Christ dans ses mystères*.

<sup>105</sup> Lc. VIII, 46.

<sup>106</sup> Jn. XI, 28.

Ainsi autrefois son regard reflétait la joie quand Il rencontrait certaines âmes.

Le regard de Jésus attire Jean et André : « S'étant retourné et voyant qu'ils le suivaient, Il leur dit : Que cherchez vous ? Ils Lui dirent : Maître, où demeures-tu ? Il leur dit: Venez et voyez ... Et ils demeurèrent avec Lui ce jour là.<sup>107</sup> » Ce fut la première grande joie de l'apostolat de Jésus, les premières heures d'intimité.

Jésus dut éprouver de douces joies avec ses Apôtres, les choisis, les préférés, dans les jours de paix et d'intimité, quand Ils L'écoutaient avec simplicité, sans le harceler de questions. Son regard devait se poser successivement sur chacun d'eux, et chacun pouvait y lire ce que Jésus pensait de lui, y lire surtout son amour de prédilection.

Le regard de Jésus reflétait aussi la joie, quand il se trouve au milieu de ses amis dans l'intimité de Béthanie. Il s'entreprenait cœur à cœur avec Lazare, avec Marthe même, quand elle ne s'agitait pas trop. Surtout Il regardait Marie qui restait seule, silencieuse, auprès du Maître, les yeux fixés sur Lui. Alors, tout à la joie de trouver une âme qui le comprenait, Jésus se communiquait à elle dans le silence.

Les joies de Jésus furent assez rares. Le plus souvent il souffrait du peu de confiance qu'on Lui témoignait, alors que son seul désir était de se révéler aux âmes pour les éclairer et les enrichir. Certains jours Jésus semble ne plus pouvoir contenir son désir. Il crie – *Clamabat ergo Jesu*<sup>108</sup>...*Stabat Jesus et clamabat*<sup>109</sup> : « Si quelqu'un a soif, qu'ils viennent à moi et qu'il boive<sup>110</sup> » ; « Venez tous à moi, vous tous ceux qui êtes fatigués...et je vous soulagerai.<sup>111</sup> »

Aussi avec quelle satisfaction accueille-il ceux qui viennent à lui avec une pleine confiance ! Quelle admiration devant la foi de certaines âmes, comme celle du centurion, de la Chananéenne ! Avec quelle délicatesse se comporte-t-il envers une âme de bonne volonté, comme la Samaritaine, donc Il réussit à captiver le cœur pourtant si terrestre : « Si tu savais le don de Dieu<sup>112</sup> ! »

Mais, lorsque une âme ne répond pas à ses avances, quelle tristesse alors dans le cœur et le regard de Jésus !

Ainsi son regard s'était posé avec amour sur le jeune homme riche. Celui-ci, trop attaché à ses richesses, n'osa pas lever les yeux, il eut peur de croiser le regard qui le cherchait. C'est pourquoi il ne répondit pas à l'appel du Bon Maître et Jésus le regarda s'éloigner avec tristesse<sup>113</sup>.

---

<sup>107</sup> Jn. I, 38-40.

<sup>108</sup> Jn. VII, 28.

<sup>109</sup> Jn. VII, 37.

<sup>110</sup> Ibid

<sup>111</sup> Mth. XI, 28.

<sup>112</sup> Les deux aveugles, Mth. IX, 29 ; Mar-Madeleine, Lc. VII, 50 ; le lépreux samaritain, Lc. XVII, 19 ; l'hémorroïsse, Mth. IX, 22 ; l'aveugle de Jéricho, Mc. X, 52...

<sup>113</sup> Mc. X, 21-23.

De même Judas, arrivant au Jardin des Oliviers, embrassa Jésus, mais son regard fuyant ne rencontra pas le regard du Seigneur chargé de doux reproches, mais débordant de miséricorde. Autrement Judas n'aurait pas sombré dans le désespoir.

Saint-Pierre, au contraire, après son triple reniement rencontra le regard de Jésus : « Et le Seigneur s'étant retourné regarda Pierre.<sup>114</sup>» Aussitôt, transformé, il pleura amèrement. Toute-puissance efficacité du Divin Regard !

Jésus regardant Jérusalem<sup>115</sup> pleura sur la ville sainte qu'Il avait tant aimé et pour laquelle Il avait multiplié les démarches, mais qui ne sut pas Le voir ni Le comprendre.

On peut ainsi, en recherchant le regard de Jésus que nous rapporte<sup>116</sup> ou que nous laisse supposer l'Évangile, atteindre le cœur de Jésus si tendre, si délicat, si sensible.

Ce même cœur est présent au Tabernacle, le plus souvent délaissé, abandonné, oublié. A nous de communier à ce regard de Jésus ; il cherche un cœur qui Le comprenne ! Devant tant d'indifférence, même dans les cloîtres, nous irons à Lui avec plus de foi, plus d'amour et plus de délicatesse. Demandons Lui de nous apprendre à découvrir au milieu de nous ce *quelqu'un*<sup>117</sup> que nous ne connaissons pas<sup>118</sup>. Il suffit que nous fixions vraiment le regards sur Lui, ne fût-ce qu'une seconde, pour qu'aussitôt le courant passe.

Jésus nous apprendra ainsi, peu à peu, à sortir de nous, à nous oublier, à nous livrer à Dieu. Il nous enseignera progressivement à devenir des âmes d'oraison fixant sans difficulté le regard sur Lui. Nous réaliserons alors ce désir d'une petite âme : « Etre sans cesse la petite occupée du Grand Oublié.<sup>119</sup>»

Pour nous permettre d'y arriver plus rapidement, il est bon de se rappeler à certaines heures qu'un autre regard, un regard de Mère, est aussi continuellement penché sur nous.

### III. – REGARD DE LA SAINTE VIERGE

Depuis son Assomption la Sainte Vierge connaît tous les hommes dans la lumière de Dieu. Comme tous sont ses enfants, elle les suit tous de son affection,

---

<sup>114</sup> Lc. XXII, 61.

<sup>115</sup> Lc. XIX, 41.

<sup>116</sup> Cf. *Les regards du Christ* dans le beau lire de Suzanne Fouché, Regards Chrétiens (Spes, 1941).

<sup>117</sup> « L'efficacité toute particulière de la christologie de Saint-Benoît est de mettre l'âme devant une personnalité vivante, un *quelqu'un*. On ne saurait trop le répéter, car le secret d'une piété efficace, d'une piété entraînant, le secret du succès est là. » Dom Anselme, *Retraite des Supérieurs*, P. 29.

<sup>118</sup> Jn. I, 26.

<sup>119</sup> Consummata, *Lettre et notes spirituelles*, 27 Mars 1913.

et son regard se pose sur chacun d'eux avec un amour maternel<sup>120</sup>.

Comme celui de Dieu, comme celui de Jésus, ce regard de notre Mère est tour à tour purifiant, sanctifiant, pacifiant et unifiant.

### Regard Purifiant.

Le grand tourment de la Sainte Vierge est de voir un de ses enfants se perdre. Comme les mamans de la Terre aiment toujours leurs enfants, même quand ils ont commis les plus grands crimes, et sont toujours prêtes à les excuser, ainsi Marie veut sauver tous ses fils, même les plus misérables. Elle intercède jusqu'au bout auprès de son divin Fils, dans son amour quasi infini pour ses pauvres enfants, ayant l'air de dire : Ce pardon que votre justice ne permet pas de donner, accorder le à la supplication d'une Mère, votre Mère ! Pour sauvegarder votre honneur, mettez tout sur le compte de ma trop grande miséricorde !

Nous devons être convaincu de cet amour de Marie pour nous, de sa sollicitude à notre égard jusqu'à la dernière seconde de notre vie, du soin qu'Elle prend pour nous tirer du péché en se montrant, parfois presque jusqu'à la témérité, *Mater Misericordiae*.

Comme elle ne peut agir sans nous, Elle nous incite à jeter un regard vers Elle et à Lui demander secours : *Respice stellam, voca Mariam*, « regarde l'étoile, appelle Marie », nous dit Saint Bernard. Un regard vers Marie, quand la mer est démontée, nous aide à retrouver le droit chemin. La pensée de la Sainte Vierge nous aide à résister dans la tentation. Ainsi le regard de Marie nous aide à nous détacher – effectivement et affectivement - du péché.

Le regard d'une maman n'a-t-il pas déjà cette influence sur son enfant ? Autrefois les regards se rencontraient franchement et loyalement. Mais une indécatesse a été commise, peut être une faute grave, l'enfant coupable fuit le regard de sa maman. Il en souffre et n'ose pas regarder celle dont la droiture et la pureté lui sont comme un vivant reproche. La maman s'en rendre compte. Le regard de son enfant n'est plus le même. Elle redouble de délicatesse, et parfois un aveu ramène la confiance. Si la chose est plus grave, la mère prie et fait intervenir un ami, un bon conseiller, un prêtre.

Il en sera ainsi entre Marie et nous.

Le regard infiniment pur de la Vierge Immaculée toujours fixée sur nous avec bonté et miséricorde. Au cours d'une tentation, quand une mauvaise pensée se présente, même sans faute de notre part, ne nous sentons-nous pas comme gênés en face de notre Maman du Ciel ? Nous rougissons presque et nous puisons dans son regard la force de briser d'une façon radicale ou de demander

---

<sup>120</sup> A propos de la connaissance que Marie a de nous, cf. P. JOBET, *le Rosaire de Marie : intimité avec Marie*, pp. 284-287 (ed. du Cerf).

bien vite pardon.

À mesure que grandira notre intimité avec Marie, notre conscience deviendra plus délicate, nous ne pourrions supporter que la moindre mauvaise pensée vienne effleurer notre esprit ; nous voudrions pouvoir toujours La regarder en face. Même une pensée inutile ou étrangère, une pensée qui pourrait nous détourner un tant soit peu d'Elle, nous la rejetterons pour qu'il n'y ait pas l'ombre d'un désaccord entre le regard de Marie et le nôtre.

### Regard Sanctifiant.

Ne l'oublions pas, d'ailleurs, la Sainte Vierge est une vraie Maman. Tout en se montrant toujours très tendre, elle sait aussi être ferme quand il le faut. Si nous nous laissons un peu aller, si nous refusons quelque chose, son regard saura bien nous reprendre et nous exciter par de doux reproches à être plus généreux.

Marie veut arracher tous ses enfants aux griffes du démon, en les purifiants, mais Elle veut aussi les sanctifier. Son regard est toujours penché sur nous pour travailler à faire de nous des images vivantes de son Fils, aussi parfaites que possible.

En effet, la Sainte Vierge n'agit jamais seule, mais toujours avec le Saint Esprit.

« Le Saint-Esprit, nous dit le bienheureux Grignon de Montfort, ayant épousé Marie, ayant produit en Elle, et par Elle, et d'Elle, ce chef-d'œuvre Jésus-Christ, le Verbe Incarné ; comme Il ne l'a jamais répudiée, Il continue à produire tous les jours en Elle et par Elle, d'une manière mystérieuse mais véritable, les prédestiné<sup>121</sup>.»

C'est en ce sens que l'on doit parler de sa médiation universelle. Dieu « à voulu tout nous donner par Marie », *totum nos habere voluit per Mariam*<sup>122</sup>, nous dit saint Bernard.

Son regard agit donc toujours de concert avec l'Esprit Saint, pour former Jésus en chacun de ses enfants en les rendant conforme à Lui.

Nul n'est mieux placé qu'Elle pour réaliser ce rôle sanctificateur, car Elle est au courant de la vie intime de son Fils unique. De l'Incarnation à la Croix, Jésus a vécu tous ses mystères en Marie et avec Elle. Et l'Évangile nous précise bien que Marie « conservait toutes ces choses dans son cœur »<sup>123</sup>. Elle désire

---

<sup>121</sup> *Le secret de Marie*, p18 (nouv. ed., Mame)

<sup>122</sup> Sermon de l'Aqueduc. Fin de la 3<sup>ème</sup> leçon de l'office cistercien de la Sainte Vierge pour le Samedi.

<sup>123</sup> Lc. II, 19 et II, 51.

donc nous voir agir comme Jésus.

Et Elle peut nous aider d'autant mieux qu'Elle connaît parfaitement nos lacunes. Sans cesse son regard nous sollicite, et si nous y correspondons, Elle formera peu à peu en nous les dispositions qui nous manquent.

Elle travaille ainsi, souvent en secret, à nous donner Jésus. Saint Augustin l'appelle la *format Dei*, « le moule vivant de Dieu ». C'est en Elle que nous puisons notre nourriture et notre force, car, par son regard, Elle nous porte constamment dans son sein, dans son affection maternelle. Or, « quand le Saint Esprit trouve Marie dans une âme, il y vole ». Le père Morineau commentant cette parole du bienheureux Grignon de Montfort ajoute : « Marie n'envoie pas l'Esprit-Saint, mais Elle l'attire<sup>124</sup>. »

Cela est particulièrement vrai pour ceux qui, pendant tout un temps, pendant toute leur vie peut-être, semblent ne rencontrer que le regard de Marie, ne paraissent connaître d'autre dévotion que la dévotion à la très Sainte Vierge. Mais il en est réellement de même, quoique d'une façon plus cachée, pour tout âme de bonne volonté.

S'il nous semble n'être pas admis dans cette douce familiarité avec Marie, demandons lui, au moins, avec une confiance toute filiale, de nous former comme elle formait Jésus autrefois. Plus nous nous abandonnerons à Elle, plus Elle agira en août.

### Regard Pacifiant.

Tout en nous excitant ainsi à plus de générosité, le regard de Marie nous apaise.

Jésus, tout enfant, a pu avoir comme nous ses petites craintes, ses petites frayeurs (petites réactions physique). Que faisait-il alors ? Sans doute Il regardait sa Mère, et quand Il avait trouvé le regard de Marie, aussitôt Il était calmé et pacifié.

Ainsi en est-il de notre vie morale ; quand nous sommes inquiets et troublés, quand il nous semble que « c'est dur » et que tout va de mal en pis, quand nous sommes tentés et que la tentation se prolonge, nous devons nous aussi regarder Marie. Son regard nous apaisera.

Mais il faut la regarder avec foi. Je crois que, Mère de Jésus, Elle est aussi ma Mère. O Marie, puisque vous êtes ma Mère, vous voulez tout me donner ; et vous pouvez tout m'obtenir, puisque vous êtes la Mère de Dieu !

---

<sup>124</sup> P. Morineau, *La Sainte Vierge Marie*, p. 210.



Rappelons nous l'attitude de Marie aux noces de Cana. La réponse de Jésus à la première demande de la Sainte Vierge semble dure, et nous aurions peut-être été tentés de la prendre pour un refus. Marie, elle, n'est pas troublée, elle agit comme si Elle avait gain de cause ; Elle est si sûre que Jésus ne peut rien refuser à la prière de sa Mère qu'elle dit sans hésitation aux serviteurs : « Faites tout ce qu'Il vous dira.<sup>125</sup>»

Ainsi, à la moindre difficulté, nous devons regarder Marie avec foi et confiance. Elle voit bien nos faiblesses, mais Elle voit aussi notre bonne volonté. Elle nous donnera le calme et le courage. Même quand il nous semble que Dieu nous abandonne, que Jésus se cache, la sainte Vierge nous aide, nous reconforte d'un petit mot comme à la dérobée, d'un coup d'œil ou passe toute sa tendresse. Quelle que soit notre situation, toujours Elle intercède pour nous.

Sachons jeter les yeux sur Elle, nous aidant au besoin de certaines images qui nous touchent. Aimons à invoquer « Notre-Dame de la Confiance » ! À peine a-t-Elle joint les mains que déjà sa prière est exaucée. Chantons le *Salve Régina* avec confiance en Marie. Quelque soit notre état dans cette « vallée de larmes » – peine extérieure ont intérieure –, Marie est notre « espérance ». Il devient alors impossible de douter : une telle Mère ne peut abandonner son enfant.

Ainsi, sous son regard, toujours nous garderont la paix.

### Regard unifiant.

Cette influence du regard de Marie pourra même aller plus loin et réaliser une union très intime.

Déjà dans l'ordre humain nous savons tout ce que contient le regard d'une mère sur son enfant. Mieux que toutes les paroles, il traduit l'immense affection maternelle et la parfaite communauté de sentiments. Pour un fils un peu délicat, il n'est pas de plus grande joie que de pouvoir lire dans les yeux de sa mère l'amour qui les unit.

Ainsi devait il en être à Nazareth. Les regards échangés en silence entre Jésus, Marie et Joseph manifestaient leur union, leur parfaite communauté d'idéal et leur joie. Même quand ils étaient séparés, l'union de Jésus et de Marie était intense. Jésus était sans cesse en Marie, car Elle pensait sans cesse à Lui. Mais aussi Marie était vraiment en Jésus, car dit Saint-Augustin, « l'âme aimante est plus dans l'objet de son amour que dans le corps qu'elle anime ».

Tel est le modèle de l'union à laquelle Marie nous convie. Le regard de l'âme formée par Marie se porte sur sa Mère de façon plus simple, plus amoureuse et plus profonde. L'âme entre alors dans l'intimité de Marie ; elle vit

---

<sup>125</sup> Jn. II, 1-11.

avec Elle, fixant son regard sur Elle, et c'est ce qui fait sa joie.

Certaines âmes privilégiées sont même appelées à vivre « en Marie », à « demeurer dans le bel intérieur de Marie », comme dit le Bienheureux Grignon de Montfort. Le regard de Marie les pénètre et elles se sentent un peu comme entourées et enveloppées de son affection. Elles reposent comme dans un « sommeil d'amour, dans les bras maternels, sur son sein, sur ses genoux<sup>126</sup> ». Penser à Marie les fait entrer en extase et les transporte d'allégresse.

Sans prétendre à cette présence spéciale, à cette vie « pour Marie en Marie ». .... « réservée à ses seuls vrais amoureux, ses *Mignons* et aux petits enfants gâtés qu'elle s'est choisis »<sup>127</sup>, présence dont ont joui habituellement saint Philippe Neri, St Ignace, M. Olier. ..., nous devons tendre à regarder Marie toujours davantage et à nous laisser former par l'influence constante de son amour.

À certaines heures, il nous sera doux de nous rappeler que, du haut du Ciel, le regard humain de la Sainte Vierge est vraiment fixé sur nous. Comme Notre-Seigneur, Marie a dès maintenant l'usage de son corps glorieux. Quel soutien de penser que le regard de notre Maman du Ciel nous suit comme celui de notre maman de la terre ! Ses yeux si beaux, si purs, reflètent ses divers sentiments à notre égard. Levons vers Elle un regard d'enfant très tendre, désireux d'accomplir jusque dans les moindres choses toutes ses volontés.

Alors Marie nous jettera en Dieu et nous unira à Lui avec d'autant plus de perfection que notre âme sera plus unie à la sienne<sup>128</sup>.

« Quand on a une fois trouvé Marie et par Marie Jésus, et par Jésus Dieu le Père, on a trouvé tout bien.<sup>129</sup> »

Regards de Dieu sur nous ! Regards de Jésus du haut du ciel et du Tabernacle ! Regards maternels de Marie sur ses enfants ! Telles sont les splendides réalités qui nous entourent et que tant d'hommes ignorent ou négligent. Les regards divins sont sans cesse posés sur nous, et nous oublions ces merveilles infinies pourtant seules capables de nous captiver totalement.

Comme le disait si justement le curé d'Ars : « La vie intérieure est un bain d'amour dans lequel l'âme se plonge.. Elle est comme noyée dans l'amour..<sup>130</sup> » En effet, des ondes nous baignent émanant de la pensée lumineuse, amoureuse bienfaisante des divines Personnes; ces ondes de ne sont pas autre chose que les regards divins dont nous venons de parler. Il s'agit d'en prendre conscience !

Alors la vie intérieure, la vie du Christ, se développera et s'épanouira en nous. Nous verrons Dieu partout et nous pourrons dire avec la bienheureuse Angel de Foligno: « Tout cet univers est plein de Dieu ! »

---

<sup>126</sup> Cf. *Maria a Sancta Theresia*. Extraits cités par le P. de JAEGHER dans *L'anthropologie mystique*.

<sup>127</sup> Cf. P. BERNADOT, *Notre-Dame dans ma vie*, p. 59.

<sup>128</sup> Cf. *Secret de Marie*, pp. 25-26.

<sup>129</sup> Cf. *Secret de Marie*, p. 26.

<sup>130</sup> Abbé Monnin, *esprit du Curé d'Ars*, p. 337 (20<sup>e</sup> edit., Tequi)

## L'ATHMOSPHERE FAVORABLE

L'oraison et la présence de Dieu, harmonieusement combinées pour nous faire profiter au maximum de toutes les grâces que Dieu met à notre portée, doivent nous permettre d'arriver sûrement à la vraie vie intérieure.

Il faut cependant reconnaître que, parmi les âmes qui emploient loyalement ces deux moyens, certainement montent très vite, alors que d'autres ne progressent que très lentement ou même semblent n'obtenir aucun résultat.

Celles-ci n'arrivent pas à prendre conscience des grandes réalités qui les entourent. Pourquoi donc leur est-il si difficile de fixer leur attention et de conformer ensuite pleinement leur volonté à celle de Dieu ?

Presque toujours la raison profonde en est le manque de silence de leur âme.

### I – NON IN COMMOTIONE DOMINUS

*Le Seigneur n'est pas dans le bruit.*

Nous sommes, en effet, des éparpillés, des agités, toujours portés à nous extérioriser. L'oraison et les retours à Dieu ont beau avoir pour but de nous faire trouver Dieu et de nous Le faire rejoindre, ils seront inefficaces si ils ne sont pas employés dans l'atmosphère favorable. On ne peut chercher Dieu que là où il est !

Or, *non in commotione Dominus*, « Le Seigneur n'est pas dans le bruit et l'agitation<sup>131</sup> ». Dieu n'habite que dans le silence.

Saint Jean de la Croix nous le dit : « Le parler que Dieu entend le mieux n'est que silence d'amour.<sup>132</sup> » Et d'autre part, de toute éternité, Dieu parle dans le silence. « Le Père n'a dit qu'une parole : ce fut son Fils. Et il la dit toujours dans un silence sans fin. Et c'est dans le silence qu'elle peut être entendue de l'âme<sup>133</sup>. »

---

<sup>131</sup> III Liv. des Rois, XIX, 11.

<sup>132</sup> Dom Chevallier, *Mots d'ordre de Saint Jean de la Croix*, n° 253.

<sup>133</sup> Id., n° 217.

On peut donc dire que, si l'amour est la loi de Dieu, le silence est son atmosphère.

## II. – SILENCE EXTERIEUR

Quand Dieu agit à l'extérieur, Il n'opère que dans le silence. Il a créé le monde dans la nuit du néant. Notre seigneur s'incarne dans la maison silencieuse est cachée de Nazareth. Il naît dans le silence de la nuit de Noël. ...

De même, pour pouvoir agir sur les âmes, Dieu leur impose pour ainsi dire cette loi du silence.

Que de fois, dans l'Ancien Testament, Dieu n'a-t-il pas envoyé ses prophètes dans la solitude ? C'est dans le silence qu'Il s'est révélé à eux. L'épisode d'Elie au mont Horeb est à cet égard bien caractéristique.

Le Seigneur lui avait dit : « Sors et tiens-toi dans la montagne devant Yahvé, car voici que Yahvé va passer. » Le Seigneur n'était pas dans le vent violent, ni dans le tremblement de terre, ni dans le feu, mais c'est dans « un murmure doux et léger », *sibilus aurae tenuis*, qu'Il se révèle<sup>134</sup> !

Aussi, quand Dieu veut faire quelque chose de grand dans une âme, Il l'attire dans la solitude.

Notre-Seigneur, même après ses trente années de vie silencieuse, s'est retiré pendant quarante jours au désert, avant sa vie publique. Plus tard, Il a imposé à ses Apôtres la retraite du Cénacle avant l'effusion du Saint Esprit.

St-Paul a passé près de trois ans dans le désert d'Arabie avant d'aller annoncer l'Évangile.

La parole d'Osée est toujours vraie : « Je le conduirai au désert et je lui parlerai au cœur<sup>135</sup>. » Ne voyons-nous pas saint Benoît se retirer dans la grotte de Subiaco et saint Ignace dans celle de Manrèse ?

Dieu agit encore de même actuellement. Il force des âmes au silence, parfois presque malgré elles. L'amour de Dieu s'y prend de mille façons pour opérer des merveilles. Il passe à travers le monde, agissant à certains heures d'une façon violente, prenant les grands moyens.

Pour certains, c'est une maladie prolongée, un séjour dans un « sana », la cécité.. (Jean de Saint-Samson, Mgr de Ségur. ..) ; pour d'autres, ce sont les grandes solitudes : « les voix qui crient dans le désert » leur font retrouver Dieu (Psichari, P. de Foucault). Qui dira les conversions qui s'opèrent aujourd'hui

---

<sup>134</sup> III Liv. des Rois XIX, 11-13.

<sup>135</sup> Osée II, 14.

parmi les milliers de prisonniers ?

Par un moyen ou par un autre, tous en sont amenés à la séparation du monde extérieur et trouvent ainsi l'atmosphère favorable à l'action de Dieu. Encore faut-il savoir accepter ce silence forcé<sup>136</sup> !

C'est souvent aussi dans le silence des retraites fermées que Dieu se communique aux âmes.

Enfin, dieu appelle certains privilégiés à la Trappe., au Carmel, etc. ... Saint-Benoît a très bien compris qu'il ne suffit pas d'avoir des instruments merveilleux, il faut encore un atelier favorable où l'on puisse les employer diligemment.

Tels doivent être nos monastères : *officina vero, ubi haec omnia – instrumenta artis spiritualis – diligenter operemur, claustra sunt Monasterii et stabilitas in congregatione.* « L'atelier où nous devons travailler diligemment à l'aide de ces instruments de l'art spirituel, c'est le cloître du monastère avec la stabilité dans la communauté<sup>137</sup>. »

Le silence extérieur y est assuré par une triple séparation :

- Séparation du monde par la clôture : « le monastère doit être établi.... en sorte que les moines n'ai aucune nécessité de courir au dehors, ce qui n'est aucunement avantageux à leur âme » ;
- Séparation des autres monastères par la stabilité dans la communauté ;
- Séparation d'avec ses frères par la garde du silence entre soi : « on ne devra donc, attendu l'importance du silence, accorder que rarement aux disciples même parfaits la permission d'avoir ensemble des entretiens.<sup>138</sup> »

Telle est l'importance du silence extérieur.

### III. – SILENCE INTERIEUR

Mais ce silence extérieur n'est qu'un moyen, puissant certes, pour favoriser le silence intérieur.

Car c'est *au-dedans* que Dieu vas parler. Les gens du monde nous plaignent, parce qu'ils ne voient que le côté négatif de notre vie silencieuse. Si nous nous taisons aux créatures, c'est pour pouvoir parler au Créateur. Le silence extérieur n'existe que pour nous permettre d'écouter Dieu ou de Le regarder

---

<sup>136</sup> Ces pensées doivent nous aider à comprendre le vrai sens de la vie, à voir comment Dieu, « qui a de la suite dans les idées », dispose tout pour le bien d'une âme.

<sup>137</sup> Règle, fin du Ch. IV.

<sup>138</sup> Règle, Ch. VI.

toujours – c'est tout un !

Comme Baumann le dit du mystique, « la voix » du contemplatif « réponds à une voix suprême qu'il sait entendre, ayant fait en lui le divin silence de l'éternité <sup>139</sup> ».

Qu'est-ce donc que le *silence intérieur* ?  
Rien d'autre que le *recueillement* !

« Se recueillir, dit le P. Joret en se plaçant à un point de vue général, c'est faire effort pour retirer toutes nos facultés du dehors où elles sont occupées sans ordre, les ramasser toutes ensemble à l'intérieur et les fixer sur quelque objet digne d'elles<sup>140</sup>. »

Se recueillir, au point de vue chrétien, c'est donc *retirer nos facultés du créé pour les orienter vers Dieu*, c'est mortifier toutes nos facultés pour les rendre à leur fonction normale surnaturelle : connaître Dieu, L'aimer, Le servir et ainsi Le glorifier.

Se taire intérieurement, c'est mourir à soi pour vivre en Dieu. Le silence est l'aide que nous prêtons à Dieu pour qu'Il se communique à nous.

Pour mieux le comprendre, avant de voir comment l'on doit tendre au silence habituel, nous allons étudier un acte de silence bien caractéristique : le moment où nous voulons nous mettre en présence de Dieu à l'oraison.

#### IV. – L'ACTE DE SILENCE A L'ORAISON

C'est pour ainsi dire l'acte-type de silence intérieur.

Quand on commence son oraison, la première chose à faire doit être de se recueillir pour se mettre en présence de Dieu. On oublie trop souvent cet élément essentiel qui établit en l'âme le silence, et lui permet de prendre conscience qu'elle est devant Dieu et devant Dieu seul. Cet acte établit le climat, l'atmosphère favorable pour qu'il n'y ait pas un simple monologue, mais qu'on sache écouter Dieu, pour que notre regard puisse rencontrer Son regard.

Il s'agit d'orienter nos facultés, alors qu'elles sont encore tout occupées des créatures. Comment faire ?

Un bon moyen est de commencer par établir l'unité en fixant l'intelligence sur une pensée dominante, laissant tomber toutes les autres, de même qu'en

---

<sup>139</sup> BAUMANN, *L'anneau d'or des grands mystiques*, fin de la préface.

<sup>140</sup> P. Joret, *Recueils*, p. 7 (Desclée).

laissant déposer une eau boueuse on arrive à la rendre claire.

Nous nous rendons ainsi maîtres de nos facultés que nous allons maintenant pouvoir libérer du créé. Laissant de côté tout ce qui n'est pas Dieu, faisons taire nos impressions, nous nous recueillons – nous faisons rentrer les abeilles à la ruche, comme dit Ste Thérèse<sup>141</sup>. L'âme, ainsi détachée, peut alors s'élever vers Dieu. Elle peut être attentive au Créateur, Le regarder, L'écouter, et Lui parler. Mais pour cela elle a dû d'abord *mourir* aux créatures. Maintenant, comme jadis, on ne peut voir Dieu sans mourir !

Ce *recueillement actif* au début de l'oraison est le fruit du travail de l'âme aidée par la grâce ordinaire de Dieu.

Travail assez facile quelquefois. Il suffit de fixer son attention sur une pensée surnaturelle qui nous a déjà captivé, par exemple : Dieu est là, et Il t'appelle ! Je suis l'Amour. Seul avec le seul !

Quelquefois aussi travail beaucoup plus pénible ! Dieu ne semble pas attirer nos facultés. Notre volonté doit alors les ramener sans cesse. Des distractions multiples nous harcèlent, semblables aux mouches un jour d'orage. Il faut persévérer sans se lasser, revenir sans cesse à la pensée de Dieu, avec force et douceur, en attendant qu'elle nous captive. Peut-être serons-nous très étonné d'être saisis après un temps de lutte qui nous semblait inutile. Peut-être Dieu ne viendra-t-Il que tout à la fin de l'oraison. Peut-être même permettra-t-Il que toute l'oraison se passe à combattre. Nous n'aurons pas perdu notre temps. Il a vu nos efforts, et son action en nous a été très efficace, quoique différente de celle que nous avions espérée.

Dieu peut aider certaines âmes d'une façon un peu extraordinaire. Au recueillement actif de l'âme Dieu ajoute un *recueillement passif*.

C'est alors Lui qui se charge d'attirer nos facultés, de les rassembler de les diriger ; voulant se communiquer alors d'une manière spéciale, Il prépare Lui-même l'atmosphère. Cela nous montre quelle importance Dieu attache à ce silence intérieur !

Ce recueillement passif, « douce et affectueuse absorption de l'intelligence et de la volonté en Dieu produite par une grâce spéciale du Saint Esprit »<sup>142</sup>, est pour Sainte Thérèse la première oraison surnaturelle, le prélude de l'oraison de quiétude. C'est un recueillement intérieur, dit-elle, qui se fait sentir à l'âme, et durant lequel on dirait qu'elle a en elle-même d'autres sens analogues aux sens extérieurs<sup>143</sup>.»

Ailleurs, Sainte Thérèse compare Dieu à un berger : « Comme un bon pasteur, Il leur fait entendre (aux facultés de l'âme) sa voix, et par un appel si

---

<sup>141</sup> Cf. *Chemin de la Perfection*, Ch. XXX, p. 239.

<sup>142</sup> Tanqueray, *Précis d'Ascétique et Mystique*, p. 901 (7<sup>e</sup> éd.).

<sup>143</sup> Chateau, 4<sup>ème</sup> Dem., ch. III.

doux qu'elles le saisissent à peine, Il les invite à laisser là leurs égarements et à revenir à leur ancienne demeure. Cet appel du berger à sur elles tant d'emprise qu'abandonnant les choses extérieures qui les captiverait elles rentrent dans le château<sup>144</sup>.»

Saint-François-de-Sales donne une autre comparaison non moins expressive, celle d'un aimant qui attire toutes les aiguilles par leur fine pointe ; ainsi « toutes nos facultés retournent leur pointe de ce côté là pour venir se joindre à cette incomparable douceur».<sup>145</sup>

Dieu, ayant saisi toutes nos facultés, va pouvoir se faire sentir à l'âme. Ce grand recueillement donne l'impression que Dieu va paraître.

On pourrait le comparer à l'atmosphère qui règne avant une audience de Notre Saint-Père le Pape. Tandis qu'on traverse des salles de plus en plus silencieuses à mesure que l'on se rapproche de l'appartement du Souverain Pontife, toutes nos facultés s'orientent vers Lui. On a plus qu'une seule pensée : le Pape va paraître.

## V. – SILENCE HABITUEL

Tous ces exemples doivent nous aider à comprendre l'importance du silence intérieur.

Mais, pour qu'il soit possible à certain moment et spécialement au début de l'oraison, il faut éviter toute dissipation pendant le reste de la journée. Aussi une âme qui tend à la vie intérieure doit-elle travailler à acquérir ce silence et à le maintenir d'une façon habituelle.

Elle doit s'étudier au silence extérieur et intérieur en tout temps, *omni tempore*, comme le dit Saint-Benoît<sup>146</sup>. Nous devons comprendre cet « appel du silence». Le silence extérieur ne sert pas à grand-chose, si intérieurement nous divaguons pendant toute la journée, si nous laissons libre cours à nos diverses facultés. Il faut au contraire les mortifier d'une façon habituelle. C'est L'« *ascèse du silence*», que l'on retrouve chez tous les saints et que le P. Philipon définit : « *Le silence de toutes les puissances de l'âme gardées à Dieu seul.*»

« Plus de bruit dans les sens extérieurs... le regard tout d'abord est à surveiller » (les yeux, ces crochets de l'enfer !)...« L'âme vierge ne se permet pas un seul regard en dehors du Christ. Plus de bruit dans l'imagination, dans la sensualité, dans la mémoire.... C'est tout un monde intérieur de sensations et d'impressions que nous portons partout avec nous et qui menace à tout instant de nous reprendre.

---

<sup>144</sup> Id.

<sup>145</sup> Amour de Dieu, t. VI, ch. VI.

<sup>146</sup> Règle, Ch. XLII.



« Plus de bruit dans l'intelligence..... La moindre pensée inutile serait une fausse note qu'il faut bannir à tout prix..... Il faut atteindre Dieu, non par un édifice savant de belles pensées, mais pas la nudité de l'esprit... dans la pure foi...

« Plus de bruit surtout dans la volonté.... Il faut s'élever au-dessus de ses goûts personnels les plus spirituels jusqu'au dépouillement de toute volonté propre. Ne plus rien savoir, ne plus faire de différence entre sentir et ne pas sentir, jouir et ne pas jouir, se garder résolu à tout dépasser pour s'unir, oublieux de soi et dépouillé de tout, à Dieu seul.»<sup>147</sup>

Le « rien » de Saint-Jean de la Croix rejoint le *nescivi* du sixième degré d'humilité de Saint-Benoît. Et le saint patriarche nous le demande : soyons content d'être ainsi réduit à rien !

Il faut donc tout donner, si on veut tout recevoir. Dieu est très exigeant pour les âmes qu'Il appelle à son intimité. Les mystiques peuvent nous dire ce que Dieu demande, car cette action de Dieu que nous ne connaissons que par la foi, eux l'expérimentent. Ils savent quelle soif de pureté Dieu leur donne ! Comme ils aspirent à laver leurs moindres infidélités dans le sang du Christ ! Ils savent que la moindre chose – un mouvement désordonné – peut leur faire perdre la présence de Dieu. Ils savent quel silence Dieu leur demande quand, pour les purifier, Il lie pour ainsi dire toutes leurs facultés.

Beaucoup d'âmes arriveraient à une grande vie intérieure, si elle ne limitaient pas leur mortification et ne se refusait ainsi à Dieu.

Cette ascèse du silence, en son sens profond, n'est donc pas « une séparation matérielle des choses extérieures, mais une solitude de l'esprit, un dégagement de tout ce qui n'est pas Dieu. L'âme silencieuse à tous les événements du dedans comme du dehors.... les franchit, les dépasse, pour se reposer au-dessus de tout, en son Maître lui-même... C'est la mort à toute activité naturelle.... C'est le silence absolu en face de Dieu seul.<sup>148</sup>» Citons pour résumer une page du P. Bernardot extraite de son livre : *De l'Eucharistie à la Trinité*.

« Le recueillement, condition principale de la vie d'union.

« L'idéal proposé.... est donc de vivre sans cesse avec Dieu, en Dieu. Pour l'atteindre, il est avant tout nécessaire de pratiquer le recueillement.

« L'âme se recueille quand, ramassant toutes ses puissances, elle rentre en elle-même pour y trouver Dieu...

« Le silence extérieur ne suffit pas.... Il est nécessaire de s'établir dans le silence intérieur, c'est-à-dire de bannir les préoccupations, pensées inutiles, rêveries et tout ce vain travail d'imagination qui, souvent, trouble le cœur plus profondément que de longs entretiens.....

« Dieu est dans les âmes, mais elles ne savent pas demeurer avec Lui... C'est le but du recueillement de ressaisir ces forces dispersées en un vain gaspillage, et de les ramener à Dieu. Rétablie dans la possession d'elle-même et

---

<sup>147</sup> P. Philipon, *La doctrine spirituelle de sœur Elisabeth de la Trinité*, Ch, II, L'Ascèse du silence, pp. 73-74.

<sup>148</sup> P. Philipon, p. 75.

dans l'unité, l'âme peut alors s'entretenir avec ses hôtes, les Trois Personnes Divines qui ne cessent de la provoquer aux plus secrètes conversations....

« Voulez-vous entendre Dieu ? Faites taire toutes les créatures et tournez-vous vers Lui

« La loi de l'oraison – de la vie d'oraison –, dit la bienheureuse Angèle de Foligno, c'est l'unité. Dieu exige la totalité de l'homme et non une partie de lui...

« Sachez que rien de vous est nécessaire, rien, excepté Dieu. Trouvez Dieu, recueillir en Lui vos puissances, voilà l'unique nécessaire. Pour ce recueillement, il faut couper toute habitude superflue, toute curiosité superflue, toute occupation superflue. En un mot, il faut que l'homme se sépare de tout ce qui divise<sup>149</sup>.»

## VI. – PRESENCE DE DIEU EN NOUS DEVOTION A LA SAINTE TRINITE

Mais, pour arriver à ce grand silence, à silence total « où l'âme se trouve séparée de tout ce qui l'entoure, séparée aussi et surtout d'elle-même<sup>150</sup>», nous sentons notre impuissance.

Heureusement, si Dieu nous demande dès le début de véritables efforts, sa grâce ne nous laisse jamais seul. Dieu agit toujours ; nos efforts, c'est Lui qui les soutient et qui les couronne de succès.

Au simple point de vue naturel, le silence ne peut nous attirer. Aussi, habituellement, pour entraîner les âmes vers ce silence absolu, Dieu leur révèle-t-Il sa présence au plus intime d'elles-mêmes. Il leur enseigne la dévotion à la Sainte Trinité vivant et demeurant en elles.

Sœur Élisabeth de la Trinité avait bien compris l'importance de l'efficacité de cette dévotion pour élargir en nous le grand silence et permettre ainsi à Dieu d'agir pleinement. Elle déclarait : « Au Ciel la mission sera d'attirer les âmes dans le recueillement intérieur en les aidant à sortir d'elles-mêmes pour adhérer à Dieu par un mouvement tout simple et tout amoureux, de les garder en ce grand silence du dedans qui permet à Dieu de s'imprimer en elles, de les transformer en Lui.<sup>151</sup>»

Dieu est là, présent nous ! Il habite en nous. « Ce dieu, objet de notre dévotion, n'est pas un être abstrait, dit le P. Joret ; c'est quelqu'un, un être personnellement vivant au centre de notre âme. Oui, bien vivant, mais c'est au nombre de Trois qu'Il vit personnellement. <sup>152</sup>» La Sainte Trinité, qui demeure en nous, nous appelle à entrer dans son intimité et à participer dès ici bas à sa vie

<sup>149</sup> *De l'Eucharistie à la Trinité*, pp. 66-69 (ed. du Cerf).

<sup>150</sup> *Dernière retraite de Laudem Gloriam*, 3<sup>e</sup> jour (*Souvenirs* de sœur Elisabeth de la Trinité).

<sup>151</sup> *Souvenirs*, pp. 269-270 (éd. 1935).

<sup>152</sup> P. Joret, *Recueils*, p. 337.

par des relations spéciales avec chacune des divines Personnes.<sup>153</sup>

Il faut penser à cette inhabitation des Trois en nous, méditer ce dogme de notre foi pour en obtenir une conviction profonde, entraînant. Dans la mesure où nous sommes pénétrés de cette vérité que notre vie intérieure tout entière se déroule sous le regard de la Trinité, ce regard Divin exerce réellement sur nous son influence.

Son action est d'abord *purifiante* : car nous éviterons avec soin, non seulement tout péché mortel – qui chasserait de âme les trois Personnes - , mais tout ce qui pourrait offenser la divine Majesté, jusqu'à la moindre pensée susceptible de lui déplaire.

Le regard de Dieu présent en nous est *sanctifiant* : car nous cherchons toutes les occasions de faire plaisir à notre hôte divin. Désireux d'augmenter notre participation à la vie active du Père, du fils et du Saint Esprit, nous nous efforçons de mettre toujours plus d'amour dans chacune de nos actions.

Ce regard est *pacifiant* : la Trinité vit en nous sa vie d'amour, par amour pour nous ; que pouvons-nous craindre ? Sa présence nous apaise. Oserions nous nous laisser dominer par nos impressions et troubler, pour ainsi dire, la paix de l'Immuable et Tranquille Trinité au-dedans de nous?

Enfin, surtout, cette présence est *édifiante* : la Sainte Trinité en effet n'habite en nous que pour nous attirer vers Elle, pour nous faire participer d'une façon toujours plus intime à sa vie divine.

Redisons avec Sœur Élisabeth de la Trinité :  
« O mon dieu, Trinité que j'adore.... que je ne Vous laisse jamais seul dans mon âme ; que je sois là tout entière, tout éveillée en ma foi, tout adorante, toute livrée à votre action créatrice.

« O Verbe éternel. Point...je veux me faire tout enseignable afin d'apprendre tout de Vous ; puis à travers toutes les nuits, tous les vides, toutes les impuissances, je veux Vous fixer toujours.... O Feu consumant, Esprit d'Amour, survenez en moi afin qu'il se fasse en mon âme comme une incarnation du Verbe....

« Et vous, ô Père, penchez-vous vers votre pauvre petite créature, ne voyez en elle que le Bien-Aimé en lequel vous avez mis toutes vos complaisances<sup>154</sup>.»

L'âme qui se livre ainsi ou Trois goûte une joie profonde. Point besoin de courir au loin voir de grandes merveilles : la plus grande de toute est là, au dedans de nous. Nous sommes, hélas ! trop souvent distraits, dissipés, répandus

---

<sup>153</sup> Cf. P. Plus, *Dieu en nous* ; Bernardot, *De l'Eucharistie à la Trinité* ; *Souvenirs de sœur Elisabeth de la Trinité* ; Mgr Catherinet, *Initiation à l'exercice de la présence de Dieu*.

<sup>154</sup> Extraits de la prière de sœur Élisabeth de la Trinité.

au dehors. Avec quelle facilité cependant devrions-nous pouvoir quitter les créatures, puisque nous possédons le Créateur !

Appliquons-nous donc à tenir compagnie aux Trois Personnes par des retours de plus en plus fréquent au dedans de nous. Aspirons à ce grand recueillement dans notre « cellule intérieure », à l'exemple de Ste Catherine de Sienna. Faisons les efforts qui sont en notre pouvoir, Dieu se doit pour ainsi dire que nous aider.

S'Il nous trouve assez généreux, et si tel est sa volonté, Il nous établira dans un silence profond. Sachant toutefois attendre son heure. Alors, il nous permettra de nous « ensevelir » en Lui comme il s'est « enseveli en nous. »

## VII. – DEVOTION AU SAINT ESPRIT

Au fur et à mesure que l'âme approche de ce grand silence, elle sent de plus en plus son impuissance. Elle est alors souvent attirée à se tourner vers l'Esprit-Saint pour se laisser former par lui.

D'autres âmes connaissent son influence beaucoup plus tôt. Dans tous les cas, nous devons croire que l'unique occupation de l'Esprit d'Amour est de former le Christ en nous. Mais il ne peut travailler dans les âmes que lorsqu'elles sont suffisamment silencieuses pour être attentives à son action.

Il veut se révéler à elles, mais Il demande aussitôt leur coopération. Admirez la manière dont Il les forme : le remords, les reproches intérieurs (le pire des châtements serait de ne plus les entendre !).

Une âme qui cherche à se donner est ainsi *mordue* par l'Esprit Saint. Puis, peu à peu, sa conscience s'affine, elle devient plus délicate. De petits points, insignifiants en apparence, se révèlent à elle comme de véritables manquements : des résistances à la grâce, à l'Esprit-Saint. Ne traitons pas cela de scrupules. L'âme sait bien qu'à tel moment elle a résisté, elle s'est refusée, et sa componction est profonde.

Mais pour pouvoir s'appliquer à ne pas contrister l'Esprit Saint, elle doit être très silencieuse, très attentive, très souple. Cette attention au Divin Esprit doit devenir sa seule occupation, à l'exclusion de tout le reste. Comme Notre-Seigneur « toujours attentif aux choses de son Père », elle sera toujours prête à accomplir, non seulement sa volonté, mais son bon plaisir jusque dans ses moindres manifestations.

Le Saint-Esprit l'excite alors à agir avec plus de générosité, à mettre plus d'amour dans chacun de ses actes. Il peut maintenant agir en elle, car Il ne rencontre plus d'obstacles en cette âme complètement livrée à son action.

Il lui apprend à se dominer d'une manière encore plus parfaite, à éviter tout ce qui pourrait la distraire ou lui faire quitter la divine présence. Il remplit en même temps l'âme d'une grande paix et d'une grande joie. Maintenant, elle a vraiment conscience d'être aimée de Dieu.

Qu'on nous permette de préciser notre pensée par un exemple vécu.

Dès les débuts de sa vie monastique, un frère convers avait souvent entendu expliquer qu'il ne fallait pas contrister l'Esprit-Saint. Comme il ne réalisait pas bien ce que cela voulait dire, il se tracassait.

Mais un jour il dit à son supérieur : « Maintenant, j'ai compris. Quand je vois quelqu'un qui va salir mon atelier, j'entends mon vieil homme protester : envoie le promener. En même temps une autre voix me dit : du calme, un gentil sourire ! Souvent, c'est le vieil homme qui a le dessus. Mais après, ajoute-t-il en posant la main en griffe sur sa poitrine dans la région du cœur, il y a quelque chose qui me *mord* ici; et il continue à mordre et il ne démord pas tant que je n'ai pas été le dire à mon Père Maître ou que je me suis pas confessé. Mais, quand je suis me suis accusé, il me lâche.»

À partir de ce moment, ce religieux s'appliqua à ne pas contrister l'Esprit Saint. Celui-ci lui fit remarquer des petites choses qu'il n'aurait pas considéré auparavant comme des fautes : tel signe inutile, tels gestes un peu familier avec ses frères, telle petite sensualité, comme se chauffer les mains, etc.

Environ deux ans plus tard, comme il s'entretenait avec ce frère, son supérieur lui demanda : « Est-ce que vous contristez encore l'Esprit-Saint ? »—« Oh ! Non, répondit-il, plus maintenant. »—« Alors, Il ne vous mord plus ! »—« Si, Il me mord encore. »—« Je ne comprends plus. »—« Il me mord encore, mais ce n'est plus la même chose. Avant Il me mordait pour me reprocher, maintenant il me mord pour m'exciter, pour que je mette toujours plus d'amour dans mes actions, pour que je sois plus attentif à tout ce qui plaît au bon Dieu. Et Il demande beaucoup ! Il me sollicite toujours à la perfection en toutes choses. »

Ce bon frère continua très fidèlement ; dès lors l'Esprit-Saint pouvait agir librement en lui. Aussi, moins de deux ans après, ce religieux disait : « Maintenant plus rien ne me coûte. Il me semble que je n'ai plus d'effort à faire. Vous n'avez pas idée comme je suis heureux. Avant c'était moi qui essayais d'aimer le bon Dieu, maintenant c'est Lui qui m'aime et qui m'envahit de plus en plus. Cela m'inonde de joie et je voudrais le crier à tous. Mais l'Esprit-Saint m'apprend à me dominer plus complètement, à éviter tout ce qui pourrait me distraire et me faire quitter la présence du Bon Dieu. »

Un tel religieux ne devient-il pas, comme le désirait sœur Élisabeth de la Trinité, une « Louange de Gloire » ?

Tel est l'exemple bien caractéristique d'une âme qui, après huit ans de vie religieuse, a atteint un bel état de vie intérieure sans rien faire d'extraordinaire, mais en faisant avec simplicité et un esprit d'obéissance tout extraordinairement bien !

Pour arriver à ce degré de sainteté, il faut gravir les étapes d'une façon progressive, en répondant généreusement aux différents appels de Dieu, en imposant peu à peu silence à toutes les puissances de l'âme sous l'action de l'Esprit-Saint. Morts au monde, notre vie sera alors cachée en Dieu avec le Christ : *Mortis enim estis et vita vestra est abscondita cum Christo in Deo*<sup>155</sup>.

La définition que nous avons donnée de la vie intérieure se vérifie ainsi pleinement.

Certains chrétiens sont alors amenés à se tourner *vers le Père*. Devenus des « humanités de surcroît » pour le Verbe, ils sont en toute réalité enfants de Dieu, menés, guidés, entraînés par l'Esprit-Saint qui leur suggère les sentiments qu'il suggérait à l'humanité du Christ. Ils ont reçu l'Esprit d'Adoption, l'esprit du Fils, qui les oriente sans cesse vers le Père, auquel ils crient: *Abba, Père* <sup>156</sup>! En toute circonstance je répète : *Quia diligo Patrem...sic facio*, « Parce que j'aime mon Père, je fais tout ce qui lui plaît.<sup>157</sup>»

Ainsi c'est réalisé le but de la vie : la glorification de Dieu et le bonheur de l'homme, fruits de la vraie vie intérieure !

Manquent ici pages 134 & 135 ?? pas sur !

CHAPITRE V

CHAPITRE V

## **LA REGLE D'OR : PERSEVERANCE « ENTHOUSIASTE »**

Ayant découvert la nécessité du grand silence intérieur, nous voici engagés dans la voie étroite qui mène à la sainteté. Que nous reste-t-il à apprendre pour être certain de parvenir, conformément à la volonté de Dieu sur nous, à la vraie vie intérieure, et pour savoir nous y maintenir ?

Le secret de la réussite est simple : il faut persévérer. C'est déjà beaucoup de bien commencer, mais il ne s'agit pas, comme il arrive trop souvent, de

---

<sup>155</sup> Coloss. III, 3.

<sup>156</sup> Rom. VIII,15.

<sup>157</sup> Jn. XIV, 31.

s'arrêter en route. Il ne suffit pas d'avoir un grand idéal, il faut encore le poursuivre à travers tout. Il faut persévérer à tout prix, non pas en languissant sous le poids du fardeau, mais en avançant avec enthousiasme (au sens plein du mot).

Alors, fort de la force de Dieu, nous resterons toujours jeunes pour affronter avec vaillance, en souriant, les perpétuels recommencements que réclame la poursuite de la perfection.

## I – LA REGLE D'OR DE SAINT BENOIT

Notre Père Saint-Benoît savait bien que l'on rencontre des épreuves au cours de la vie spirituelle, aussi nous recommande-t-il – c'est le dernier instrument des bonnes œuvres – de « ne jamais désespérer de la miséricorde de Dieu ».

Son expérience s'énonce en une formule tout à fait pratique, au quatrième degré de l'échelle de l'humilité, le pont aux âmes de la vie intérieure. Il nous y exhorte à la patience dans les épreuves de l'obéissance, c'est-à-dire à la persévérance :

*Tacita conscientia, patientiam amplectatur, et sustinens non lassescat vel discedat.* « Garder son âme dans le silence, embrasser la patience et soutenir l'épreuve sans se lasser ni lâcher pied<sup>158</sup>. »

C'est une règle d'or applicable à toutes les épreuves aussi bien d'ordre physique que d'ordre moral et spirituel. Si on la comprend bien, elle offre un moyen très simple et en même temps très efficace pour résoudre toutes les difficultés.

Elle comprend deux phases :

*Tacita conscientia, patientiam amplectatur.*

La première chose à faire quand on croit se trouver en présence d'une difficulté, c'est de laisser tomber toutes nos impressions. En effet, pour pouvoir juger sainement, il faut que notre intelligence soit libre. Nous sommes au contraire bien souvent des impressionnables, des impulsifs, nous nous laissons troubler par des riens.

Observez un bon cavalier dont le cheval commence à se troubler, par exemple à la vue d'un rayon de soleil dans une flaque d'eau ou d'une feuille morte agitée par le vent. Il abaisse sa monture il la flatte, lui donne confiance, et

---

<sup>158</sup> Règle, Ch. VII.

lui permet ainsi de se rendre compte qu'il n'y a rien à craindre.

De même, quand, troublés, nous ne sommes pas capable de juger sainement, commençons par nous calmer : nous verrons ensuite de quoi il s'agit. Remettons au besoin notre jugement au lendemain. Mais ne nous laissons pas démonter à la première difficulté. Notre volonté gardera le calme, si notre jugement est paisible.

Il s'agit donc de rétablir d'abord en nous le silence intérieur ; ensuite la patience devient possible.

Ce qui est vrai au simple point de vue naturel, l'est à plus forte raison, au point de vue surnaturel.

Se mettre en silence devant Dieu, comme nous l'avons dit au chapitre précédent, est le grand moyen de garder le calme et de pouvoir embrasser la patience.

*Sustinens non lassescat vel discedat.*

Ce sacrifice qui vient de se présenter à moi, je l'ai donc accepté. Mais l'épreuve peut durer. Il faut alors soutenir son effort sans se lasser ni reculer.

D'abord sans se lasser : attendre dans la patience l'heure ou Dieu fera cesser l'épreuve.

Il sait bien que nous sommes éprouvés ; Il le permet pour notre avancement spirituel ; il prépare la grâce qui va nous sauver. Mais il veut que nous attendions cette grâce sans savoir l'heure ou Il nous la donnera. Il veut que nous espérons à longueur de temps. C'est la longanimité dont parle Saint-Thomas<sup>159</sup>.

Mettant toute notre confiance en Dieu, ne comptant que sur lui, nous nous abandonnons entre ses mains comme un enfant qui ne doute pas de son Père. Et c'est ainsi que Dieu nous forme. Il veut que nous tenions, que nous soutenions notre effort, mais en comptant sur Lui seul.

Il faut aussi persévérer sans reculer.

Il ne suffit pas d'être généreux pour un temps. Il est facile, quand tout va bien, de s'adonner aux bonnes œuvres et de chercher Dieu par l'oraison et retour à Dieu. Mais il faut persévérer ne pas lâcher pied, même quand cela devient pénible. Il faut faire comme si tout allait bien !

La pire chose serait de dire de se dire : A quoi bon mes lectures, mon oraison, mes sacrifices... ? Je n'ai aucun goût, je n'y trouve rien. N'oublions pas que le démon est tout prêt à nous suggérer mille bonnes excuses. Il faut au contraire redoubler, si on peut dire, de fidélité et de générosité dans la recherche de Dieu. Il semble se cacher et nous laisser à nos seules forces. Et cependant Il est

---

<sup>159</sup> Iia IIae, Qu. 136 a. 5.



là ! Il nous voit et, malgré tout, Il nous attire.

Si nous voulons donc ne pas nous arrêter dans notre ascension vers les sommets de la vie intérieure, sachons nous appliquer à nous-mêmes la règle d'or de Saint-Benoît. Au besoin, allons demander à d'autres de nous aider à la mettre en pratique. Rétablissons le silence est persévérons dans la confiance et l'abandon !

Mais une chose manque encore sans laquelle tout ce travail restera bien difficile.

## II. – L'ENTHOUSIASME

C'est une condition essentielle à notre persévérance. Pour ne pas nous laisser grignoter par les épreuves, absorber par des préoccupations d'ordre matériel ou endormir par le côté apparemment monotone d'une vie aussi réglée que la nôtre, nous avons besoin d'un élément qui ranime chaque jour notre flamme et qui nous donne un nouvel élan.

*Tous les saints sont des enthousiastes.*

Ils le sont d'une façon diverse, selon leur tempérament. Mais tous sont des passionnés.

Bornons-nous à rappeler quelques noms : Saint-Paul que rien n'arrête dans son œuvre d'évangélisation, Saint-Pierre si ardent à suivre son Maître, Saint-Augustin, Saint François d'Assise, sainte Thérèse d'Avilla.....

Arrêtons-nous un instant à l'enseignement de Saint-Bernard qui était dévoré par le zèle de l'amour divin.

« Dans le chemin de la vie, ne point avancer c'est reculer, puisque rien n'y demeure dans le même état :.... *non progredi regredi est*. Or, votre avancement à vous, mes frères, comme je vous l'ai dit bien souvent, consiste à être convaincu que nous n'avons pas encore atteint le but, à marcher sans cesse en avant, à tendre constamment vers quelque chose de mieux ».... *semper extendamur ad anteriora incessantur conemur in melius*<sup>160</sup>.

Et ailleurs : « Il faut nécessairement monter ou descendre ; quiconque essaye de s'arrêter tombera inévitablement »,.... *si attentas stare, ruas necesse est*<sup>161</sup>.

---

<sup>160</sup> Fin du sermon pour la Purification de la sainte Vierge.

<sup>161</sup> *Lettre* 91.

« On ne peut que descendre, dès lors qu'on cesse de monter », *non proficere, sine dubio deficere est*<sup>162</sup>.

On pourrait multiplier les textes analogues<sup>163</sup>. Saint-Bernard ne fait que reprendre une idée chère à Saint-Augustin : la perfection consiste dans un désir toujours plus grand de tendre vers Dieu; et, si ce désir est vrai, il entraîne une plus grande délicatesse de conscience.

Ce désir d'aller toujours de l'avant, de monter toujours, n'est pas autre chose que l'enthousiasme. Il est nécessaire pour ne pas se fatiguer ni lasser au contact des petites difficultés quotidiennes. C'est lui qui transforme la patience, qui la rend vivante.

Il est toujours plus dur de subir, de résister en restant sur ses positions que d'attaquer. C'est en nous excitant à aller de l'avant, en nous faisant monter, que l'enthousiasme nous force à venir.

Saint-Bernard recommande au moins de rester novice toute sa vie. Certes, il sait bien que la vertu des novices est fragile, semblable aux fleurs de la vigne : « voyez-vous ces novices ? ... ce que vous voyez paraître en eux, c'est la fleur ; le temps des fruits n'est pas encore venu.<sup>164</sup> »

Mais sans fleurs il n'y a pas de fruits. Aussi faut-il garder la ferveur des novices ; leur simplicité, leur générosité ne doivent pas se borner à de simples « espérances de fruits ».

Il doit en être de même pour l'enthousiasme.

#### *Définition de l'enthousiasme.*

Il ne s'agit pas ici d'un enthousiasme « feu de paille », d'un emballement passager. Il ne s'agit pas non plus d'un enthousiasme uniquement naturel, fruit d'un heureux tempérament, même soutenu par une volonté forte.

Il s'agit d'un enthousiasme surnaturel, à la portée de tous, car il s'appuie sur Dieu.

Étymologiquement parlant<sup>165</sup>, enthousiasme, remarquons-le, veut dire inspiration, souffle de Dieu. C'est une disposition qui s'appuie sur Dieu et participe dès lors à son immutabilité et à sa stabilité.

Nous définirons donc l'enthousiasme :

*Une disposition de l'âme qui, ambitieuse du mieux et inébranlablement confiante en Dieu, se forme un idéal très élevé et le poursuit sans cesse, malgré et par-dessus tout.*

---

<sup>162</sup> Lettre 385.

<sup>163</sup> Cf. Lettres 34, n° 1 ; 254, n° 5.

<sup>164</sup> Cantique des cantiques, 63<sup>e</sup> sermon.

<sup>165</sup> Inspiré par les dieux

### *Rôle de l'idéal.*

Le point important à remarquer est que, pour être enthousiaste, il faut avoir un idéal.

Un idéal? Que faut-il entendre par là? Est-ce simplement une « raison de vivre » ? C'est plutôt un type de perfection en rapport avec un tel état.

Disons mieux : l'idéal, *c'est la plus noble idée qu'un homme puisse se faire du type de perfection qui convient à son état.*

Il faut donc que l'idéal soit réalisable et ne soit pas une chimère. Il faut que l'on puisse y tendre de toutes ses forces, sans s'exposer à tomber dans l'illusion ou découragement.

Or, que voyons-nous dans le monde ? Combien de gens n'ont pas d'idéal ! Et, nous sommes bien obligés de constater, un homme sans idéal, c'est un homme sans élan, sans générosité ; c'est un aboulique, un éparpillé.

Combien d'autres se contentent d'un idéal insignifiant : une petite maison où l'on vivra bien tranquillement de sa petite rente. En attendant, c'est le train-train quotidien. On va au travail... Avec quelle conviction, on le devine ! On ne saurait évidemment attendre d'un tel idéal de galvaniser toutes les énergies. Hélas ! Que d'hommes en sont là !

D'autres, à l'âme plus noble, ont un idéal élevé, mais uniquement d'ordre naturel. Au fur et à mesure qu'ils s'en approchent, sont déçus, désillusionnés. Ils éprouvent toujours le besoin d'autre chose. Aucun idéal humain ne peut les prendre tout entier.

Il y a, en effet, dans l'homme des besoins infinis, que rien ne pourra satisfaire. En ce sens le poète pouvait dire : « L'homme est un dieu tombé qui se souvient des Cieux. »

C'est dans les âmes ainsi disposées que naît le tourment de Dieu. Saint Augustin avait expérimenté ce vide des créatures : *Fecisti nos ad te Deus, et irriquietum est cor nostrum donec requiescat in te.* « O Dieu, Vous nous avez fait pour Vous, et notre cœur est insatisfait jusqu'à ce qu'il repose en Vous. »

Or, nous chrétiens, nous avons un idéal infini, un idéal qui ne nous décevra jamais vers lequel nous pouvons tendre de toutes nos forces.

*Ego dixi : Dii estis et filii Excelsi omnes.* « J'ai dit : vous êtes des dieux, vous êtes tous des fils du Très-Haut<sup>166</sup>. »

Enfants de Dieu, nous sommes faits pour participer à sa vie propre. Nous avons un idéal élevé, sublime, qui nous maintiendra toujours dans

---

<sup>166</sup> Ps. LXXXI, 6.

l'enthousiasme tant que nous le garderons présent à l'esprit pour le réaliser de tout notre pouvoir.

Car plus on approche de cet idéal divin, plus il nous captive. Nous sommes fait pour lui ; nous pouvons et nous devons y tendre. Dieu est toujours prêt à donner la grâce pour devenir des saints : « Soyez parfait comme mon Père céleste est parfait<sup>167</sup>. »

Cette sainteté n'est pas autre chose que la vie intérieure, la vie surnaturelle d'amitié avec les Trois Personnes de la Sainte Trinité.

Tel est l'idéal : devenir un autre Christ, vivre de la vie intérieure au point de pouvoir dire : « Ce n'est plus moi qui vis, c'est le Christ qui vit en moi<sup>168</sup>. »

*Fruits de l'enthousiasme.*

Les âmes qui ont un tel idéal, qui ne le perdent jamais de vue et y consacrent toutes leurs énergies sont toujours enthousiastes.

Ces âmes sont par le fait même *optimistes*.

Cet idéal en effet leur est donné par Dieu Lui-même. Il dès lors impossible d'en douter : dans sa bonté, Il leur donnera tous les moyens nécessaires pour le réaliser. Elles garderont donc toujours confiance ; elles verront toujours le bon côté des choses, n'apercevront en tout que la main paternelle de Dieu.

Ces âmes sont aussi *magnanimes*, en ce sens qu'il n'y a *rien de petit*, de mesquin pour elles. Elles voient qu'il est toujours possible de donner à leurs actions les plus ordinaires une immense valeur. Elles voient qu'il est toujours possible de donner à leurs actions les plus ordinaires une immense valeur. Elles voient toutes choses dans la lumière de Dieu, qui transforme tout, divinise tout ; elles font du divin, de l'éternel par toutes leurs actions.

*Magnanimes*, ces âmes le sont même *dans leur fautes*. Elles savent en profiter. Au lieu de se dépiter, elles veulent rebondir. Elles veulent réparer en donnant au Bon Dieu plus que si elles n'avaient pas péché. L'amour est au principe de leur componction.

Elles sont *magnanimes* enfin *dans les grandes choses*, ne craignant rien, parce qu'elles s'appuient sur Dieu. Elles restent humbles, sachant bien qu'elles ne peuvent rien par elles-mêmes ; mais elles savent aussi qu'elles « peuvent tout en Celui qui les fortifie »<sup>169</sup>. Dès lors, « confiantes jusqu'à l'audace », elles ne trouvent jamais d'obstacles ou, si elles en rencontrent, elles les transforment par amour en moyen pour alimenter la flamme.

Ces âmes enthousiastes sont par suite des âmes heureuses. Elles ont en effet conscience de ne vivre que pour Dieu, pour le glorifier. Leur unique désir

---

<sup>167</sup> Mth. V, 48.

<sup>168</sup> Gal. II, 20.

<sup>169</sup> Philip. IV, 13.

est de lui donner tout ce qu'il peut attendre d'elles. Étant dans l'ordre voulu par Dieu, elles sont en paix. Et, au fond du cœur, elles goûtent le centuple.

Ces âmes enthousiastes sont enfin *joyeuses*.

« L'idéal, c'est la grande force, le grand bienfait, la grande joie de la vie.<sup>170</sup> » C'est Dieu qui est la source de leur joie. Aussi cette joie est stable : *Gaudete in Domino semper*<sup>171</sup>, « Réjouissez-vous dans le Seigneur toujours », malgré tout, quoi qu'il arrive.

Inévitablement ces âmes intérieures rayonnent la joie. Cela se traduit par un *sourire* tout surnaturel, divin, pourrait-on dire. Ce sourire est à la fois un culte et un apostolat.

C'est un culte envers Dieu : *Hilarem datorem diligit Deum*, « Dieu aime celui qui donne avec joie<sup>172</sup> ». Sourire ainsi, c'est proclamer que Dieu est bon. C'est lui dire : Oui votre joug est suave et votre fardeau léger ! Quand on sourit, même dans l'épreuve, la croix, au lieu de paraître lourde, est légère.

Sourire est un apostolat. Trop souvent, autrefois, les chrétiens semblaient se cacher. Ce temps est passé. On est fiers d'afficher sa foi et sa joie. Parce qu'ils sont « joyeux, fiers et purs » ils sont « conquérants ». Ce sourire continu, même au milieu des difficultés, est la preuve d'un abandon confiant en Dieu. À cause de Lui, les incroyants se convertissent ; c'est le meilleur apostolat. Les âmes enthousiastes rayonnent ainsi, par leur sourire, leur vie avec Dieu.

« L'âme joyeuse est apôtre.... Elle attire à Dieu les hommes en manifestant aux hommes ce que produit en elle la présence de Dieu.<sup>173</sup> »

## CONCLUSION

Notre idéal de sainteté doit s'élever jusque-là. Il faut nous laisser pénétrer par la vie du Christ pour pouvoir ensuite la répandre autour de nous.

*Vivons donc en présence de Dieu*. Ce fut la suprême recommandation de Saint-Thomas d'Aquin sur son lit de mort, au monastère cistercien de Gossanuova. Au frère qui l'interrogeait sur « les moyens de se sanctifier, le saint ne donna pas d'autre conseil que de vivre la présence de Dieu »<sup>174</sup>.

---

<sup>170</sup> EYMIEU, Le Gouvernement de soi-même, 1ere série, p. 258.

<sup>171</sup> Philip. IV, 4.

<sup>172</sup> II Cor. IX, 7.

<sup>173</sup> Bernardot, *De l'Eucharistie à la Trinité*, p. 100.

<sup>174</sup> Cf. Dom Lehodey, *directoire spirituel O.C.R.*, p. 150.

Nous pourrons par ce simple moyen accomplir dans toute sa plénitude le premier commandement de Dieu : « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu, de tout ton cœur, toute ton âme, de tout ton esprit, de toute ta force<sup>175</sup>.»

Par notre participation à la vie de Jésus et notre docilité à l'action de Marie et de l'Esprit-Saint, nous serons entraînés par le père dans la vie même de la Trinité. Ayant ainsi une vie intérieure intense, sans rien faire d'extraordinaire nous ferons tout très bien, en vivant dans le silence pour Dieu est avec Lui.

Dès lors, quelles que soient les occupations extérieures que réclamera notre devoir d'État, nous réaliserons notre double fin : nous glorifierons Dieu et nous trouverons dès ici-bas le vrai bonheur.

---

<sup>175</sup> Mc. XII, 30.

## TEXTES DE SAINT BENOIT SUR LA PRESENCE DE DIEU

---

SI REVERA DEUM QUAERIT<sup>176</sup> !  
CHERCHER DIEU VRAIMENT !

L'homme doit être persuadé que Dieu le considère du haut du ciel continuellement et à toute heure – *semper a Deo respecti omni hora* –, qu'en tout lieu ses actions se passent sous les yeux de la divinité, et sont rapportées à Dieu par les anges à tout moment<sup>177</sup>.

Écoutez ce avertissement divin que nous adresse chaque jour la voix qui nous crie – *vox divina clamans quotidie* : « Aujourd'hui, si vous entendez sa voix, n'allez pas endurcir vos cœurs.....»

Et que dit-Il ? « Venez, mes fils, écoutez-moi, je vous enseignerai la crainte du Seigneur....»

Et le Seigneur, cherchant son ouvrier dans la multitude du peuple auquel Il fait entendre ce cri, dit encore : « Quel est l'homme qui veut la vie et qui désire voir des jours heureux ?.....»

Quoi de plus doux, frères très chers, que cette voix du Seigneur qui nous invite ?...

Pour achever, le seigneur attend chaque jour que nous répondons par nos œuvres– *Expectat nos quotidie ... factis nos respondere debere*<sup>178</sup>.

Si donc les yeux du Seigneur considèrent les bons et les méchants, si, du haut du ciel, le Seigneur regarde constamment les enfants des hommes, afin de voir « s'il est quelqu'un qui ait l'intelligence et qui cherche Dieu » ; si enfin les anges commis à notre garde rapportent jour et nuit nos œuvres au Seigneur qui nous a créés, il nous faut, mes frères, veiller à tout à l'heure..<sup>179</sup>.

En tout lieu tenir pour certain que Dieu nous voit.  
Veiller à toute heure sur les actions de sa vie<sup>180</sup>.

Le premier degré d'humilité, c'est la crainte de Dieu qu'un moine doit avoir constamment devant les yeux, se gardant sans cesse de l'oublier – *oblivionem Dei omnino fugiat*<sup>181</sup>.

Si, lorsque nous avons une requête à présenter aux hommes puissants, nous ne les aborderons qu'avec humilité et respect, combien plus – *quanto magis* – devons nous offrir nos supplications en toute humilité et pureté de dévotion au

---

<sup>176</sup> Règle, Ch. LVIII.

<sup>177</sup> Id., Ch. VII, 1<sup>er</sup> degré d'humilité.

<sup>178</sup>

<sup>179</sup> Id., Ch. VII, 1<sup>er</sup> degré d'humilité.

<sup>180</sup> Id., Ch IV, 49<sup>e</sup> et 48<sup>e</sup> instruments des bonnes œuvres.

<sup>181</sup> Id., Ch. VII, 1<sup>er</sup> degré d'humilité.

Seigneur Dieu de l'univers<sup>182</sup>.

Nous croyons que la divine présence est partout, et qu'en tout lieu les yeux du Seigneur considèrent les bons et les méchants ; mais soyons encore plus fermement persuadé qu'il en est ainsi – *maxime credamus* – lorsque nous assistons à l'office divin.... C'est en présence des anges que je Vous chanterai. Concluons de ceci la manière dont nous devons nous tenir en la présence de la divinité et des Anges et livrons nous à la psalmodie de telle manière que notre esprit soit d'accord avec votre voix<sup>183</sup>.

Après la troisième leçon. au moment où le chantre commence le *Gloria*, tout se lèveront leur siège pour l'honneur et la révérence de la Sainte Trinité....<sup>184</sup>. L'abbé lira la leçon de l'Évangile, tous se tenant debout avec respect et tremblement – *cum honore et tremore*<sup>185</sup>.

L'œuvre de Dieu étant terminée, tous les frères sortiront dans un profond silence et l'on observera la révérence envers Dieu<sup>186</sup>.

L'obéissance accomplie sans retard– *obédientia sine mora*– est le propre de ceux qui .... dès que le Supérieur a commandé quelque chose, aussitôt, comme si Dieu Lui-même avait donné l'ordre– *ac si divinitus imperetur* –, ne peuvent souffrir de délai dans l'exécution<sup>187</sup>.

Nous allons donc constituer une école où l'on apprenne le service du Seigneur – *Dominici schola servitii*<sup>188</sup>.

---

<sup>182</sup> Id Ch. XX.

<sup>183</sup> Règle, Ch. XIX.

<sup>184</sup> Id.Ch IX.

<sup>185</sup> Id.Ch XI.

<sup>186</sup> ID.Ch LII.

<sup>187</sup> ID.Ch V.

<sup>188</sup> Id., Prologue.



## Table des Matières

Le mot d'ordre du pape.....	2
LETTRE DU REVERENDISSIME PERE DOM NOGUES.....	3
LETRE DU REVERENDISSIME PERE DOM FULBERT GLORIES.....	4
Origine.....	6
Introduction.....	7
IMPORTANCE DE LA VIE INTERIEURE.....	9
I.- SANS VIE INTERIEURE, PAS DE SAINTETE .....	10
II.- DIEU A LA RECHERCHE D'AMES INTERIEURES.....	11
III. - LE DIABLE LES HAIT .....	12
IV.- L'EGLISE NE PEUT S'EN PASSER.....	13
V.- EXPERIENCE DE LA VIE INTERIEURE.....	14
Rencontre d'une âme intérieure. ....	14
Rencontre d'une âme convertie à la vie intérieure.....	14
Avant-goût gratuit. ....	15
Diminution de notre vie intérieure.....	15
NOTION ET DEFINITION.....	17
I – LE PRINCIPE DE LA VIE INTERIEURE.....	17
II. - SON DEVELOPPEMENT PAR LA COOPERATION DE L'AME A L'ACTION DE DIEU.....	18
III. – LES DIFFERENTES PHASES DE LA VIE INTERIEURE.....	19
Premier degré : tendre vers Dieu.....	20
Deuxième degré : Nous entretenir cœur à cœur avec Dieu.....	20
Troisième degré : Nous identifier à Jésus.....	21
IV – DEFINITION DE LA VIE INTERIEURE.....	21
V. – LA VIE INTERIEURE DE JESUS .....	22
POUR DEVENIR UNE AME INTERIEURE .....	23
<i>Article 1<sup>er</sup></i> DEUX GRANDS MOYENS.....	23
I. – LA PENSEE DE SAINT FRANCOIS DE SALES ET DE SAINT BENOIT.....	23
II. – PREMIER MOYEN : L'ORAISON.....	25
III. – DEUXIEME MOYEN : L'EXERCICE DE LA PRESENCE DE DIEU .....	26
Le retour à Dieu, ses éléments, ses formes successives.....	27
Le retour à Dieu pour Saint-François-de-Sales.....	29
Le retour à Dieu pour Saint-Benoît.....	29
IV.- VIVRE EN PRESENCE DE DIEU .....	31
L'exemplaire idéal : la vie de la Trinité. ....	31
Retrouver la ressemblance perdue.....	32
Ambulare cum deo, marcher avec Dieu. ....	33
<i>Article II</i> LE MOYEN PRINCIPAL .....	34
VIVRE SOUS LES REGARDS DIVINS .....	34
I. – REGARD DE DIEU .....	34
Regard purifiant. ....	35
Regard Sanctifiant. ....	36
Regard Pacifiant. ....	38
Regard Unifiant.....	39
II. – Regard de Jésus.....	40
Jésus m'a regardé.....	40
Jésus me regarde du haut du Ciel.....	42

Jésus me regarde du Tabernacle.....	42
Jésus me regarde comme Il regardait ses contemporains.....	43
III. – REGARD DE LA SAINTE VIERGE.....	45
Regard Purifiant.....	46
Regard Sanctifiant.....	47
Regard Pacifiant.....	48
Regard unifiant.....	49
L'ATHMOSPHERE FAVORABLE.....	51
I – NON IN COMMOTIONE DOMINUS.....	51
II. – SILENCE EXTERIEUR.....	52
III. – SILENCE INTERIEUR.....	53
IV. – L'ACTE DE SILENCE A L'Oraison.....	54
V. – SILENCE HABITUEL.....	56
VI. – PRESENCE DE DIEU EN NOUS DEVOTION A LA SAINTE TRINITE.....	58
VII. – DEVOTION AU SAINT ESPRIT.....	60
LA REGLE D'OR : PERSEVERANCE « ENTHOUSIATE ».....	62
I – LA REGLE D'OR DE SAINT BENOIT.....	63
II. – L'ENTHOUSIASME.....	65
TEXTES DE SAINT BENOIT SUR LA PRESENCE DE DIEU.....	71
Table des Matières.....	73