

Manière courte et facile

pour faire l'oraison en foi, et de simple présence de Dieu

par Bossuet

1. Il faut s'accoutumer à nourrir son âme d'un simple et amoureux regard en Dieu, et en Jésus-Christ Notre-Seigneur ; et pour cet effet il faut la séparer doucement du raisonnement, du discours et de la multitude d'affections, pour la tenir en simplicité, respect et attention, et l'approcher ainsi de plus en plus de Dieu, son unique souverain bien, son premier principe et sa dernière fin.
2. La perfection de cette vie consiste en l'union avec notre souverain bien ; et tant plus la simplicité est grande, l'union est aussi plus parfaite. C'est pourquoi la grâce sollicite intérieurement ceux qui veulent être parfaits, à se simplifier pour être enfin rendus capables de la jouissance de *l'Un* nécessaire, c'est-à-dire, de l'unité éternelle ; disons donc souvent du fond du cœur : *O unum necessarium, unum volo, unum quæro, unum desidero ! unum mihi est necessarium, Deus meus et omnia ! Ô un nécessaire ! c'est vous seul que je veux, que je cherche, que je désire ! Vous êtes mon un nécessaire, ô mon Dieu et mon tout !*
3. La méditation est fort bonne en son temps et fort utile au commencement de la vie spirituelle ; mais il ne faut pas s'y arrêter, puisque l'âme par sa fidélité à se mortifier et à se recueillir, reçoit pour l'ordinaire une oraison plus pure et plus intime que l'on peut nommer de simplicité, qui consiste dans une simple vue, regard ou attention amoureuse en soi, vers quelque objet divin, soit Dieu lui-même ou quelqu'une de ses perfections, soit Jésus-Christ ou quelqu'un de ses mystères, ou quelques autres vérités chrétiennes. L'âme, quittant donc le raisonnement, se sert d'une douce contemplation qui la tient paisible, attentive et susceptible des opérations et impressions divines, que le Saint-Esprit lui communique : elle fait peu et reçoit beaucoup, son travail est doux et comme elle approche de plus près de la source de toute lumière, de toute grâce et de toute vertu, on lui élargit aussi davantage.
4. La pratique de cette oraison doit commencer dès le réveil, en faisant un acte de foi, de la présence de Dieu qui est partout, et de Jésus-Christ, duquel tous les regards, quand nous serions abîmés au centre de la terre, ne nous quittent point. Cet acte est produit ou d'une manière sensible et ordinaire, comme qui dirait intérieurement : Je crois que mon Dieu est présent. C'est un simple souvenir de foi, qui se passe d'une façon plus pure et spirituelle, de Dieu présent.
5. Ensuite il ne faut pas se multiplier à produire plusieurs autres actes ou dispositions différentes, mais demeurer simplement attentif à cette présence de Dieu, exposé à ses divins regards, continuant ainsi cette dévote attention ou exposition

tant que Notre-Seigneur nous en fera la grâce, sans s'empresser de faire d'autres choses que ce qui nous arrive, puisque cette oraison est une oraison avec Dieu seul et une union qui contient en éminence toutes les autres dispositions particulières, et qui dispose l'âme à la passivité ; c'est-à-dire que Dieu devient le seul maître de son intérieur, et qu'il y opère plus particulièrement qu'à l'ordinaire : tant moins la créature travaille, tant plus Dieu opère puissamment ; et puisque l'opération de Dieu est un repos, l'âme lui devient donc en quelque manière semblable en cette oraison, et y reçoit aussi des effets merveilleux ; et comme les rayons du soleil font croître, mûrir et fructifier les plantes, ainsi l'âme qui est attentive et exposée en tranquillité aux rayons du divin soleil de Justice, en reçoit mieux les divines influences qui l'enrichissent de toutes sortes de vertus.

6. La continuation de cette attention en foi lui servira pour remercier Dieu des grâces reçues pendant la nuit, et en toute sa vie d'offrande de soi-même et de toutes ses actions, de direction d'intention, et autres, etc.
7. L'âme s'imaginera de perdre beaucoup par l'omission de tous ces actes mais l'expérience lui fera connaître qu'au contraire elle y gagne beaucoup, puisque plus la connaissance qu'elle aura de Dieu sera plus grande, son amour sera aussi plus pur, ses intentions plus droites, son aversion pour le péché plus forte, son recueillement, sa mortification et son humilité plus continuelles.
8. Cela n'empêchera pas qu'elle ne produise quelques actes de vertus, intérieurs ou extérieurs, quand elle s'y sentira portée par le mouvement de la grâce ; mais le fond et l'ordinaire de son intérieur doit être son attention susdite, en foi ou l'union avec Dieu, qui la tiendra abandonnée entre ses mains, et livrée à son amour pour faire en elle toutes ses volontés.
9. Le temps de l'oraison venu, il faut la commencer en grand respect par le simple souvenir de Dieu, invoquant son Esprit et s'unissant intimement à Jésus-Christ, puis la continuer en cette même façon, comme aussi les prières vocales, le chant du chœur, la sainte messe, dite ou entendue, et même l'examen de conscience, puisque cette même lumière de la foi, qui nous tient attentifs à Dieu, nous fera découvrir nos moindres imperfections et en concevoir un grand déplaisir et regret. Il faut aussi aller au repas avec le même esprit de simplicité qui tiendra plus attentif à Dieu qu'au manger. Cette pratique ne nous attache à rien qu'à tenir notre âme détachée de toutes imperfections, et attachée seulement à Dieu et unie intimement à lui, en quoi consiste tout notre bien.
10. Il faut se récréer dans la même disposition, pour donner au corps et à l'esprit quelques soulagements, sans se dissiper par des nouvelles curieuses, désirs immodérés ni aucune parole indiscrete, etc. ; mais se conserver pur et libre dans l'intérieur, sans gêner les autres ; s'unissant à Dieu, fréquemment, par des retours simples et amoureux ; se souvenant qu'on est en sa présence, et qu'il ne veut pas qu'on se sépare en aucun temps de lui et de sa sainte volonté ; c'est la règle la plus ordinaire de cet état de simplicité, c'est la disposition souveraine de l'âme, qu'il faut faire la volonté de Dieu en toutes choses. Voir tout venir de Dieu et aller tout à Dieu, c'est ce qui soutient et fortifie l'âme en toutes sortes d'événements

et d'occupations, et ce qui nous maintient même en possession de la simplicité. Suivez donc toujours la volonté de Dieu à l'exemple de Jésus-Christ, et uni à lui comme à notre chef ; c'est un excellent moyen d'augmenter cette manière d'oraison, pour tendre par elle à la plus solide vertu, et à la plus parfaite sainteté.

11. On doit se comporter de la même façon et avec le même esprit, et se conserver dans cette simple et intime union avec Dieu dans toutes ses actions et sa conduite ; sur quoi il faut ajouter que dans les entretiens, on doit tâcher d'édifier le prochain, en profitant de toutes les occasions de s'entreprendre à la piété, à l'œuvre de Dieu et à la pratique des bonnes œuvres, pour être la bonne odeur de Jésus-Christ. *Si quelqu'un parle*, dit saint Pierre, *que ce soit des paroles de Dieu* ¹, et comme si Dieu même parlait par lui ; il suffit pour cela de se donner simplement à son esprit ; il vous dictera en toutes rencontres, tout ce qui convient sans affectation. Enfin on finira la journée avec cette sainte présence, l'examen, la prière du soir, le coucher ; et on s'endormira avec cette attention amoureuse, entrecoupant son repos de quelques paroles ferventes et pleines d'onction, quand on se réveille pendant la nuit, comme autant de traits et de cris du cœur vers Dieu. Par exemple : Mon Dieu, soyez moi toutes choses ; je ne veux que vous pour le temps et pour l'éternité : Seigneur qui est semblable à vous ? Mon Seigneur et mon Dieu, mon Dieu, et rien de plus.
12. Il faut remarquer que cette vraie simplicité nous fait vivre dans une continuelle mort, et dans un parfait détachement, parce qu'elle nous fait aller à Dieu avec une parfaite droiture, sans nous arrêter à aucune créature ; mais ce n'est pas par spéculation qu'on obtient cette grâce de simplicité, c'est par une grande pureté de cœur, et par la vraie mortification et mépris de soi-même ; et quiconque fuit de souffrir et de s'humilier et de mourir à soi n'y aura jamais d'entrée ; et c'est aussi d'où vient qu'il y en a si peu qui s'y avancent parce que presque personne ne se veut quitter soi-même, faute de quoi on fait des pertes immenses, et on se prive des biens incompréhensibles. Oh ! heureuses sont les âmes fidèles, qui n'épargnent rien pour être pleinement à Dieu ! Heureuses les personnes religieuses qui pratiquent fidèlement toutes leurs observances selon leur institut ! cette fidélité les fait mourir constamment à elles-mêmes, à leur propre jugement, à leurs propres volontés, inclinations et répugnances naturelles, et les dispose ainsi, d'une manière admirable, mais inconnue, à cette excellente sorte d'oraison.
13. Il ne faut pas négliger la lecture des livres spirituels ; mais il faut lire en simplicité et en esprit d'oraison, et non pas par une recherche curieuse. On appelle lire de cette façon quand on laisse imprimer dans son âme les lumières et les sentiments que la lecture nous découvre, et que cette impression se fait plutôt par la présence de Dieu que par notre industrie.
14. Il faut au reste être prévenu de deux ou trois maximes : la première qu'une personne dévote sans oraison est un corps sans âme ; la seconde, qu'on ne peut avoir d'oraison solide et vraie sans mortification, sans recueillement et sans humi-

¹ — I Pe 4, 11 *Si quis loquitur, quasi sermones Dei.*

lité ; la troisième, qu'il faut de la persévérance pour ne se rebuter jamais dans les difficultés qui s'y rencontrent.

- 15.** Il ne faut pas oublier, qu'un des plus grands secrets de la vie spirituelle est que le Saint-Esprit nous y conduit, non seulement par les lumières, douceurs, consolations, tendresses et facilités ; mais encore par les obscurités, aveuglements, insensibilités, chagrins, angoisses, tristesses, révoltes des passions et des humeurs ; je dis bien plus, que cette voie crucifiée est nécessaire, qu'elle est bonne, qu'elle est la meilleure, la plus assurée et qu'elle nous fait arriver beaucoup plus tôt à la perfection. L'âme éclairée estime chèrement la conduite de Dieu qui permet qu'elle soit exercée des créatures, et accablée de tentations et de délaissements ; et elle comprend fort bien que ce sont des faveurs plutôt que des grâces, aimant mieux mourir dans les croix sur le Calvaire que de vivre dans les douceurs sur le Thabor. L'expérience lui fera connaître avec le temps la vérité de ces belles paroles : *Et nox illuminatio mea in deliciis meis, et mea nox obscurum non habet ; sed omnia in luce clarescunt* ¹. Après la purgation de l'âme dans le purgatoire des souffrances où il faut nécessairement passer, viendra l'illumination, le repos, la joie, par l'union intime avec Dieu qui lui rendra ce monde, tout exil qu'il est, comme un petit paradis. La meilleure oraison est celle où l'on s'abandonne le plus aux sentiments et aux dispositions que Dieu même met dans l'âme, et où l'on s'étudie avec plus de simplicité, d'humilité et de fidélité, à se conformer à sa volonté, et aux exemples de Jésus-Christ.

Tout ce qui unit à Dieu, tout ce qui fait qu'on le goûte, qu'on se plaît en lui, qu'on se réjouit de sa gloire, et qu'on l'aime si purement qu'on fait sa félicité de la sienne, et que, non content des discours, des pensées, des affections et des résolutions, on en vient solidement à la pratique du détachement de soi-même et des créatures ; tout cela est bon, tout cela est la vraie oraison. Il faut observer de ne pas tourmenter sa tête, ni même trop exciter son cœur ; mais prendre ce qui se présente à la vue de l'âme, avec humilité et simplicité, sans ces efforts violents qui sont plus imaginaires que véritables et fonciers ; se laisser doucement attirer à Dieu, s'abandonnant à son esprit. S'il reste quelque goût sensible, on le peut prendre en passant sans s'en repaître, et aussi sans le rejeter avec effort ; mais se laisser couler soi-même en Dieu et en éternelle vérité par le fond de l'âme, aimant Dieu, et non pas le goût de Dieu ; sa vérité, et non le plaisir qu'elle donne. Ne souhaitez pas un plus haut degré d'oraison pour être plus aimé de Dieu, mais désirez d'être toujours de plus en plus uni à Dieu, afin qu'il vous possède. La meilleure oraison est celle où l'on s'étudie, avec plus de simplicité et d'humilité, à se conformer à la volonté de Dieu et aux exemples de Jésus-Christ ; et celle où l'on s'abandonne le plus aux dispositions et aux mouvements que Dieu met dans l'âme par sa grâce, et par son esprit.

¹ — Bossuet unit ici un verset de psaume (Ps 138, 11 : *Et la nuit sera ma lumière dans mes délices* [texte de la Vulgate]) et une sentence du martyr saint Laurent : *Ma nuit n'a pas d'obscurité, mais tout y resplendit dans la lumière.*

LE SEL DE LA TERRE

Donner le goût de la sagesse chrétienne

*Revue trimestrielle
de formation catholique*



Maintenir et conserver la saveur du sel de la doctrine quand tout autour devient insipide par la suite de l'abandon de Dieu, c'est le défi que la revue s'impose par son nom même. Le *Sel de la terre* vous offre tous les trois mois des articles simples, diversifiés, adaptés et d'une sûreté doctrinale éprouvée afin de nourrir votre vie spirituelle.

- **Simple**, le *Sel de la terre* ne requiert de ses lecteurs **aucun niveau spécial de connaissance** ; il s'adresse à tout catholique qui veut approfondir sa foi.
- **Diversifié**, le *Sel de la terre* propose à tous une **formation catholique vraiment complète** : études doctrinales et apologétiques, spiritualité et Écriture sainte, histoire et arts de la civilisation chrétienne viennent tour à tour nourrir votre intelligence.
- **Adapté**, le *Sel de la terre* présente les vérités religieuses **les plus utiles** à notre temps et dénonce les erreurs qui menacent aujourd'hui les intelligences.
- **Traditionnel**, le *Sel de la terre* est publié sous la responsabilité d'une communauté dominicaine qui se place **sous le patronage de saint Thomas d'Aquin**, pour la sûreté de la doctrine et la clarté de l'expression.

Cet article vous a plu ?

Vous pouvez :

[Vous
abonner](#)

[Découvrir
notre site](#)

[Faire
un don](#)

Trouvez plus de 1000 articles en accès libre !