

**TRAITE
SUR L'ORAISON**

Éditions Saint-Remi
BP 80 – 33410 CADILLAC
05 56 76 73 38
www.saint-remi.fr

DOM JEAN DE MONLEON

Moine bénédictin

TRAITE SUR L'ORAISON

*Si quis frater vult sibi forte
secretius orare, simpliciter intret
et oret : non in clamosa voce, sed
in lacrimis, et intentione cordis.*

Règle de Saint Benoit, ch. LII.

Si l'un des frères veut prier en lui-même d'une façon plus secrète, qu'il entre simplement (dans l'oratoire) et qu'il prie : non en poussant de grands cris, mais en pleurant et en tendant son cœur.

NIHIL OBSTAT : R. M. Bénard, m. b. ; J. Périnelle, O. P.,
lecteur en théologie.

IMPRIMI POTEST : T Fr. Joannes Olphe-Galliard, Abbas
Sanctae Mariae Parisiensis.

IMPRIMATUR : Petrus Brot, vic. gen, Parisiis, die 12 aprilis
1950.

P R E F A C E

PARMI les raisons qui permettent d'envisager avec confiance le relèvement spirituel du monde après la crise terrible qu'il subit en ce moment, l'une des plus sérieuses est certainement le courant qui porte actuellement l'élite chrétienne vers un renforcement de la vie intérieure au moyen de la pratique régulière de l'oraison. Nombreuses sont les personnes qui, même dans le monde, s'adonnent chaque jour à ce saint exercice ; nombreuses sont les associations qui demandent à leurs membres un quart d'heure, ou même une demi-heure, d'oraison quotidienne.

Quant on sait les avantages que les âmes retirent de cette pratique, on ne peut douter qu'il n'y ait là un élément extrêmement puissant de renouvellement et de rayonnement spirituel.

Pendant, bon nombre de ces chrétiens zélés se plaignent de ne point avoir en mains les connaissances nécessaires pour rendre leur oraison profitable. Ils s'y essaient trop souvent sans principe, sans plan, sans préparation : aussi, ils y font peu de progrès et ne sortent point de la phase des tâtonnements. Alors, ils se découragent et abandonnent, pour leur plus

grand dommage spirituel, un exercice dont ils croient ne tirer aucun profit.

C'est pour répondre aux nombreuses demandes qui nous ont été faites dans ce sens que nous avons essayé d'exposer, dans les pages qui suivent, sous une forme succincte et accessible aux esprits du XX^e siècle, les principes traditionnels de la Théologie mystique sur ce sujet.

Nous n'avons pas parlé, et à dessein, de *méthode* d'oraison : le mot n'est guère en faveur aujourd'hui, et nous serons amenés plus loin à préciser notre pensée sur ce point. Mais disons tout de suite *qu'absence de méthode* ne veut pas dire *absence de principes*.

Si la prière individuelle a des nuances multiples, elle n'en doit pas moins obéir à des lois fixes, basées sur la nature des rapports que Dieu a établis entre l'homme et Lui. *Vous avez réglé toutes choses selon nombre, poids et mesure* (1), lui dit l'auteur de la *Sagesse* : tout, y compris les degrés de la charité, ainsi que le déclare l'Épouse du *Cantique* : *Ordinavit in me caritatem* (2). Aussi, pour entrer dans les *celliers du Roi*, l'âme devra suivre une certaine ordonnance régulière, comme fit la reine Esther quand elle voulut aller jusqu'à Assuérus : *Ayant franchi toutes les portes selon l'ordre, elle se présenta devant le roi, là où il résidait* (3).

C'est donc ce parcours ordonné, ce sont ces prin-

(1) Sap., XI, 21. Omnia in mensura, et numero, et pondere disposuisti.

(2) II, 4.

(3) Esth., XV, 9. Ingressa igitur cuncta per ordinem ostia, stetit contra regem, ubi ille residebat.

cipes fondamentaux de la vie d'oraison que nous nous proposons de développer dans ce petit traité. Sans parler des écrits des principaux maîtres de la vie spirituelle, auxquels nous avons emprunté tous les éléments de notre travail, nous nous sommes inspirés plus particulièrement de deux ouvrages qui ont fait leurs preuves :

L'un est la « *Théologie mystique* » que l'on trouve parmi les œuvres de saint Bonaventure, encore que de nombreux critiques dénie au Docteur Séraphique la paternité de cet ouvrage, pour la reporter soit sur Henri de Balma, Frère mineur comme lui, soit sur un chartreux anonyme. Quel que soit son auteur, cet ouvrage jouit d'un immense crédit et sert de manuel, durant les siècles postérieurs, sur la question qui nous occupe.

L'autre est l'*Introduction à la vie spirituelle par une facile méthode d'oraison*, du Père Joseph de La Tremblaye. On a écrit, et à bon droit, de cet ouvrage, trop peu connu, qu'il est « l'un des plus beaux livres de notre littérature religieuse » (1). Sans doute, en son état original, il est peu accessible à des lecteurs contemporains.

« Il renferme des analyses trop poussées, un programme trop menu, trop de scolastique, trop de divisions et subdivisions, l'empreinte un peu pédantesque d'un ancien lecteur en philosophie : mais ces quelques défauts ne font que mieux ressortir l'excellence de la

(1) H. Brémond, *Hist. littéraire du sentiment religieux en France*, T. II, Chap. III, 5.

méthode, une des plus stimulantes, des plus entraînantes et peut-être même des plus simples qui soient. »

Sans prétendre la démarquer entièrement, nous lui avons fait de nombreux emprunts, pour mettre à la portée des fidèles une doctrine qui, pieusement conservée chez les filles spirituelles du Père Joseph, les Bénédictines du Calvaire — fondées par lui en 1617 — a maintenu dans cette Congrégation un esprit d'oraison qui ne s'est pas démenti depuis ses origines.

Le présent ouvrage est écrit pour les débutants et pour les personnes qui ne sont pas satisfaites de leur manière de faire oraison. Il n'a point pour dessein de troubler dans leurs habitudes celles qui ont déjà l'expérience de cet exercice. Il voudrait seulement donner aux âmes soucieuses de s'engager dans cette terre inconnue, quelques jalons qui les empêchent de s'égarer et qui les conduisent, comme Moïse, *ad interiora deserti, au cœur du désert*, — là où brille le buisson ardent, là où brûle la flamme du divin amour.

RESUME DE LA MANIERE DE FAIRE ORAISON

décrite dans cet ouvrage

NOUS pensons rendre service à nos lecteurs en résumant ici la manière de faire oraison que l'on trouvera exposée dans cet ouvrage.

Il importe avant toutes choses de ne pas perdre de vue que le but de l'oraison est l'union de l'âme avec Dieu, union qu'il faut chercher à rendre aussi étroite, aussi constante, aussi totale que possible. Pour ce faire, l'esprit n'a pas de meilleur chemin à suivre que celui qui est tracé par l'ensemble de la théologie mystique, et qui comprend trois étapes, dénommées : vie purgative, vie illuminative, vie unitive. Chaque oraison doit reprendre sous forme brève ces trois points, qui commandent tous les rapports de l'âme avec Dieu.

1° VIE PURGATIVE

Avant de s'approcher de Dieu, l'âme doit commencer par se purifier et par mettre sur elle le seul parfum qui puisse la rendre agréable à son Créateur, à savoir l'humilité. Après avoir invoqué le Saint Esprit, elle consacrera donc les premiers moments de son oraison à demander pardon de ses péchés. Elle rappellera à sa mémoire, d'une part quelques-unes des fautes de sa vie passée, ainsi que les nombreux manquements qu'elle commet chaque jour dans ses prières, dans ses rapports avec le prochain, dans ses devoirs d'état ;

— d'autre part, les Innombrables bienfaits dont Dieu l'a comblée depuis sa naissance, et continue de la combler. Elle s'excitera de son mieux au regret d'avoir tant offensé Dieu et de s'être montrée si ingrate, si peu généreuse à son égard.

2° VIE ILLUMINATIVE

Purifiée par l'exercice précédent, l'âme s'appliquera maintenant à la méditation proprement dite. Elle prendra appui sur un texte tiré de la Sainte Ecriture, sur un passage d'un bon auteur ; le plus souvent possible sur une scène de la Vie ou de la Passion de Jésus-Christ. Ce sujet devra avoir été choisi et préparé, au moins sommairement, à l'avance. L'âme s'attachera, en le méditant, à entrer plus profondément dans la connaissance des mystères de la religion et des infinies perfections de Dieu. Elle contempera assidûment Jésus, Dieu et homme tout ensemble ; elle remarquera et admirera ses vertus. Elle cherchera surtout à comprendre son immense amour pour les hommes.

3° VIE UNITIVE

Après s'être exercé à la méditation, l'âme, si novice qu'elle soit, s'efforcera, avec tout l'élan dont elle est capable, de s'élever jusqu'à l'union divine au moyen des quatre actes suivants :

a) *Acte d'offrande*, par lequel elle s'offre à Dieu aussi sincèrement que possible, Lui affirmant sa volonté de Le servir, et de ne servir que Lui, jusqu'à l'heure de sa mort ; d'accepter pour Lui toutes les peines, tous les travaux, tous les ennuis ;

b) *Acte de demande*, où elle suppliera Dieu de lui accorder toutes les grâces dont elle a besoin pour elle, et pour les autres ; Le conjurant surtout d'allumer en elle le feu de son Amour ;

c) *Acte d'imitation* : par lequel elle se déterminera à prendre Jésus-Christ pour modèle, en tout ce qu'elle fait, en tout

ce qu'elle pense, en tout ce qu'elle dit ; elle choisira en outre quelque résolution plus précise à observer dans la journée ;

d) *Acte dit d'union essentielle*, que nous décrirons tout au long, et par lequel elle s'efforcera d'adhérer à Dieu d'aussi près que possible, dans la nuit de la foi.

CHAPITRE PREMIER

DE L'IMPORTANCE DE L'ORAISON

1. — De l'Ame et de l'Esprit

Dieu est esprit, disait Notre Seigneur à la Samaritaine, et ceux qui l'adorent, il faut qu'ils l'adorent en esprit et en vérité.

Dieu est esprit : c'est-à-dire qu'il n'a pas de corps et qu'il est complètement indépendant de la matière ; il peut subsister, voir, entendre, agir, sans le concours d'aucun organe corporel, car c'est là le propre de l'esprit.

L'homme, lui, n'est pas un pur esprit, comme son Créateur ou comme les Anges ; il est étroitement rivé à son corps de chair. Mais il a un esprit, et c'est là ce qui le distingue des animaux. Les théologiens désignent sous ce nom la partie supérieure de l'âme, celle sur laquelle est imprimée la ressemblance divine, et qui fait la haute dignité de l'espèce humaine.

Les animaux ont une âme, mais ils n'ont pas à proprement parler, *d'esprit*. Leur âme est étroitement liée

(1) Jo., IV, 24.

à la matière : ils la reçoivent toute entière de leurs ascendants ; elle ne peut subsister ni faire aucune opération sans le corps, et, quand vient l'heure dernière, elle disparaît avec lui.

L'âme de l'homme, au contraire, ne lui vient pas de ses parents, elle descend directement de Dieu, qui la crée par un acte distinct. Elle est capable d'opérations indépendantes de la matière : elle peut penser, réfléchir, méditer, sans que le corps qu'elle habite y ait aucune part. Enfin, elle ne disparaît pas avec lui, quand ce corps se dissout et tombe en poussière : elle continue à vivre indéfiniment.

Ce qui la vieillit, ce sont ses péchés ; mais cette décrépitude est parfaitement réparable, et elle peut, si elle le veut, rester toujours jeune. Contrairement aux animaux, elle est donc capable d'une vie propre, d'une vie spirituelle, indépendante de la matière, et c'est par là que l'homme est un esprit, et qu'il est semblable à Dieu. C'est par là qu'il peut s'unir à Lui, entrer dans son intimité, dans sa vie, ne faire qu'un avec Lui. Et cette union est la fin à laquelle il est ordonné, la condition nécessaire de son équilibre et de son épanouissement, le seul état où il puisse trouver le bonheur parfait et la paix.

C'est à la lumière de cette pensée qu'il faut redire la phrase célèbre de saint Augustin : *Fecisti nos ad te, Deus, et inquietum est cor nostrum donec requiescat in te* (1). Vous nous avez fait pour vous, mon Dieu, Vous nous avez créés *ad te*, en puissance vers vous ; et notre cœur ne peut trouver son repos tant qu'il

(1) Vous nous avez fait pour vous, mon Dieu, et notre cœur est agité jusqu'à ce qu'il se repose en vous.

n'aura pas touché à ce but sublime, tant qu'il ne se sera pas plongé en vous, *in te*.

Par sa nature même, par l'effet de cette puissance spirituelle qu'il porte en lui, de cette ressemblance divine dont il est marqué, l'homme est contraint de monter toujours, et le terme de cette ascension ne peut être que Dieu. Il n'est pas de bien terrestre dans lequel il puisse se reposer, trouver la satisfaction de cet immense désir de perfection, de mieux, de plénitude qui le tourmente. Chaque fois qu'il place le but de sa vie dans une créature, il court à une amère déception. Sa fin dernière, son terme, son lieu définitif ne peut être que l'Être parfait, révélé à sa connaissance et embrassé par son amour.

2. — **Renovamini Spiritu Mentis Vestrae** (1)

Mais comment l'homme atteindra-t-il à cette fin pour laquelle il est marqué ? Comment s'élèvera-t-il du monde matériel, où l'enchaîne sa corporeité, vers le monde spirituel, auquel il appartient par la partie la plus noble de son être ? Comment dépouillera-t-il de toute la gangue à laquelle elle est mélangée, cette image de Dieu dont il porte l'ébauche en lui, comment l'affinera-t-il pour la conduire à son achèvement ?

Sera-ce en jeûnant et en multipliant les pénitences corporelles, qui ont pour but d'exténuer la chair et de libérer l'esprit ?

Sans doute, ce genre de mortifications est indispensable à quiconque veut s'élever dans les voies spiri-

(1) Renouvelez-vous par l'esprit de votre esprit.

tuelles et se refaire à l'image de Dieu. L'exemple de tous les Saints le prouve abondamment. On ne peut dire que ce soit là un moyen infaillible et essentiel d'assurer cette transformation : il y a bien des hommes que la nécessité contraint à une vie extrêmement rude, comme les soldats en campagne, ou les forçats ; il y en a d'autres qui se livrent volontairement à un ascétisme extrême, comme les fakirs hindous, sans que ni les uns ni les autres ne deviennent des saints.

Sera-ce alors par le dépouillement de tous les biens d'ici-bas ? — Nous ne saurions aller plus loin dans ce domaine que certains philosophes grecs, comme Diogène le Cynique, dont le dénuement est demeuré légendaire. Cependant, eux non plus ne sont pas devenus des saints. — Trouverons-nous alors le secret de cette rénovation dans la réception fréquente des Sacrements ? Dans la multiplication des bonnes œuvres ? — Mais saint Jean-Baptiste n'a pas communiqué une seule fois dans sa vie, et néanmoins, il a été canonisé par la bouche même de Notre Seigneur, qui nous dit de lui que, *parmi les hommes nés de la femme, nul ne s'est élevé plus haut* ; saint Paul, premier ermite, n'a pratiqué aucune des œuvres de la vie active, puisqu'il vécut toujours seul, ce qui ne l'empêche pas d'être dûment inscrit au catalogue des Saints. Tout au contraire, on rencontre souvent, surtout de nos jours, des personnes qui s'approchent quotidiennement de la Sainte Table, ou qui se multiplient sans compter dans les œuvres, et qui cependant font peu de progrès dans la vertu, demeurant toujours très semblables à elles-mêmes.

Tous les moyens que nous venons de citer sont

excellents, on ne saurait trop en recommander la pratique, et loin de nous la pensée de vouloir, si peut que ce soit, en minimiser l'importance.

Pendant, aucun d'eux, réduit à lui-même, ne peut suffire à nous élever et ne contient le secret de notre progrès spirituel. Ils ont besoin de s'appuyer eux-mêmes sur un autre, que saint Paul nous fait deviner dans ces mots : *Renovamini spiritu mentis vestrae* (1). Admirons la force de cette expression : *Renouvelez-vous par l'esprit de votre esprit*, c'est-à-dire par la partie la plus spirituelle, la plus intime, la plus divine de vous-même. C'est elle qu'il faut mettre en œuvre, qu'il faut faire sortir de sa ténèbre, de son oisiveté, de son inertie ; c'est elle qui doit devenir le ressort de notre activité intérieure et le principe de notre transformation. *Renovamini spiritu mentis vestrae*.

Le Psalmiste nous dit dans le même sens : *Omnis gloria filiae regis ab intus* (2). Remarquez qu'il dit : *toute, omnis*. Tout l'embellissement, tout l'épanouissement de notre être d'homme sera fonction de ce qui se passe au plus profond de notre cœur, au plus intime de notre conscience, *spiritu mentis vestrae*.

Or, cette activité vivifiante de l'esprit n'a pas d'autre moyen de se développer et de s'intensifier que la pratique de l'oraison.. Le but de celle-ci est précisément de nous faire vivre « en esprit » comme les Anges, comme Dieu lui-même. On conçoit dès lors le rôle fondamental qu'elle joue dans la recherche de notre perfection.

(1) Ephes., IV, 23.

(2) Ps. XLIV, II. Toute la gloire de la fille du roi lui vient de son intérieur.

On peut dire que l'oraison est à la vie chrétienne ce que la racine est à l'arbre. De même que l'arbre puise constamment dans la terre par ses propres racines, la sève qui le fortifie, le pare de feuilles et lui fera porter des fruits, de même l'âme tire de Dieu, par l'oraison, la grâce dont elle a besoin pour s'affermir dans la vertu, se munir de pensées saintes et se donner avec zèle aux œuvres de charité. Coupez la racine, l'arbre meurt. Otez l'oraison et il n'y a plus qu'une apparence, une façade de vie chrétienne ; — il reste seulement des gestes extérieurs, de vains bruits de paroles, que n'anime plus aucune ferveur ; aucun amour, aucun désir de plaire à Dieu.

« Un quart d'heure d'oraison par jour et je vous promets le ciel », disait sainte Thérèse. Une âme qui s'adonne régulièrement et sincèrement à l'oraison assure son salut : elle est perdue pour le démon. De là, viennent les efforts incessants que fait ce dernier pour nous détourner d'un si saint exercice.

3. — **Comment l'Oraison nous transforme à l'image de Dieu et nous conduit à la perfection**

C'est dans l'oraison que l'âme se rapproche de Dieu et qu'elle se déifie elle-même, comme le morceau de fer qui, mis en présence du feu, devient peu à peu semblable au feu. Saint Paul nous dit dans sa II^e *Épître aux Corinthiens* (1), qu'à force de contempler la gloire du Seigneur, nous nous transformons à la même image. Et saint Jean Chrysostome explique cette vérité par la comparaison suivante :

(1) III, 18.

« Si un roi admettait dans son intimité quelque pauvre hère, celui-ci finirait bientôt par quitter les habitudes grossières de sa première éducation, pour prendre les manières délicates et le langage épuré de la cour : or, celui qui dans la prière est admis dans l'intimité de Dieu, aura bientôt fait de quitter les instincts grossiers de la nature corrompue, et de prendre des sentimens semblables à ceux qui règnent dans les cieux (1). »

C'est pourquoi Moïse, lorsqu'il redescendait du Sinaï, où il avait parlé à Dieu, avait le visage tellement éblouissant que les Israélites avaient peine à en supporter l'éclat.

Le but immédiat de l'oraison — selon saint Pierre d'Alcantara (2) — est de nous faire acquérir la dévotion, c'est-à-dire : cette facilité que la volonté éprouve par moments à faire le bien et à servir Dieu. D'ordinaire, en effet, de par les conséquences du péché originel, notre nature est inclinée vers le mal, et le bien nous coûte à accomplir. Mais la dévotion a précisément pour effet propre de faire disparaître cette répugnance, et de nous remplir d'ardeur pour l'accomplissement du bien. On voit sans peine quelles seront les conséquences d'une telle grâce pour la vie chrétienne. Or, c'est essentiellement dans l'oraison qu'elle s'acquiert.

« La dévotion, écrit cet auteur, n'est en soi qu'une seule vertu, mais elle nous dispose et nous porte à l'exercice de toutes les autres ; elle est comme un aiguillon général qui nous y excite. Pour vous convaincre de cette vérité, écoutez ces belles paroles de saint Bonaventure : « Si vous voulez souffrir avec patience les adversités et les misères de cette

(1) *Sermo I, de Precat.*

(2) *Traité de l'Oraison et de la Méditation.*

vie, soyez homme d'oraison. Si vous voulez acquérir la force pour vaincre les tentations de l'ennemi, soyez homme d'oraison. Si vous voulez faire mourir votre volonté propre avec toutes ses affections et ses désirs, soyez homme d'oraison ; si vous voulez vivre l'allégresse dans le cœur et marcher avec suavité dans le chemin de la pénitence et du sacrifice, soyez homme d'oraison. Si vous voulez chasser de votre âme les mouches importunes des vaines pensées et des vains soucis, soyez homme d'oraison ; si vous voulez nourrir votre âme de la sève de la dévotion, soyez homme d'oraison. Si vous voulez déraciner de votre âme tous les vices et planter à leur place les vertus, soyez homme d'oraison, parce que c'est dans ce saint exercice que l'on reçoit l'onction de la grâce de l'Esprit Saint, laquelle enseigne toute choses. De plus, si vous voulez monter à la cime de la contemplation et jouir des doux embrassements de l'Epoux, exercez-vous à l'oraison, car elle est le chemin par où l'âme s'élève à la contemplation et au goût des choses célestes. » Voyez-vous maintenant combien est grande la vertu et la puissance de l'oraison ? En preuve de tout ce qui vient d'être dit, sans parler du témoignage des divines Ecritures, il suffit pour le moment de citer ce que nous avons vu et entendu, et ce que nous voyons chaque jour : des personnes simples, en grand nombre, ont obtenu tous les biens que je viens d'énumérer et d'autres encore plus relevés : par quel moyen ? par l'oraison. »

4. — **Da Mihi Bibere** (1)

Il est aisé de voir par ce qui précède que la pratique de l'oraison n'est nullement réservée aux âmes qui s'adonnent à la vie contemplative, ni aux âmes privilégiées que Dieu prédestine à des faveurs ou à des missions spéciales. L'oraison mentale, comme l'enseigne le *Catéchisme* du Concile de Trente, est la prière propre du chrétien. Nul ne peut s'y soustraire s'il veut assurer son salut ; et quand Notre Seigneur

(1) Donne-moi à boire.

TABLE DES MATIERES

PREFACE

P.

- Résumé de la manière de faire oraison** 11
- I. — De l'importance de l'oraison :** De l'âme et de l'esprit. — *Renovamini Spiritu mentis vestrae.* — Comment l'oraison nous transforme à l'image de Dieu et nous conduit à la perfection. — *Da mihi bibere.* — De l'utilité des âmes d'oraison dans la Cité. — Comment la ville d'Anvers fut sauvée par une Carmélite 15
- II. — Des trois erreurs qui empêchent de bien faire oraison :** La discrétion, mère des vertus. — De la confusion entre l'oraison vocale et l'oraison mentale. — De la confusion entre l'oraison actuelle et l'oraison habituelle. — D'une fausse conception du repos de l'oraison 29
- III. — Des trois bases sur lesquelles repose l'oraison :** La mortification. — La persévérance. — La méthode. — Que l'âme ne peut s'unir à Dieu par son essence, mais par ses puissances. — De la division du travail entre les trois puissances 43
- IV. — De la préparation ou purification de l'âme :** De quelques dispositions préliminaires. — De la mise en présence de Dieu. — Du souvenir des péchés. — L'histoire de Thaïs. — Comment on peut parvenir à la connaissance de soi-même. — De l'humilité parfaite 61
- V. — La méditation :** Comment la préparation met l'âme en mesure de recevoir la lumière. — De la lecture. — De l'écriture sainte et de quelques autres livres. — De l'objet essentiel de la méditation. — De la manière

dont nous devons considérer Notre Seigneur. — Des perfections divines. — De quelques autres conseils pour la méditation 79

VI. — De l'affection : L'acte d'offrande. — L'acte de demande. — L'acte d'imitation. — Des trois degrés de la vertu. — Combien l'âme doit aspirer à l'union divine. — De l'acte d'union. — L'acte d'union essentielle 101

VII. — De l'oraison habituelle : Pourquoi nous tirons peu de profit de nos bonnes œuvres. — Les différentes sortes d'intentions. — Des oraisons jaculatoires et des élans du cœur vers Dieu. — Qu'il faut persévérer dans ces aspirations et ne pas leur donner de repos 129

Conclusion 145