

Saint Jean de la Croix

Précautions spirituelles

traduction par l'abbé Jean Maillart, jésuite.

première édition numérique par abbaye-saint-benoit.ch

deuxième édition numérique par jesusmarie.com

fichier placé sous licence creative commons

SENTENCES SPIRITUELLES

1. Appliquez-vous, avec tout le soin et toute l'ardeur possible, à imiter Jésus-Christ en toutes choses, et comportez-vous, en chacune de vos actions, comme il s'y fût comporté s'il l'eût faite lui-même.

2. Renoncez de tout votre cœur, pour l'amour de Jésus-Christ, à toutes les consolations et à tous les plaisirs qui se présenteront, puisqu'il a mis tout son contentement, en cette vie, à faire la volonté de son Père.

3. Portez-vous toujours de toutes vos forces à faire les choses, non pas les plus faciles, mais les plus difficiles; non pas les plus douces, mais les plus amères; non pas les plus élevées ni les plus précieuses, mais les plus basses et les plus méprisables; non pas à désirer quelque chose, mais à ne rien vouloir du tout.

4. Il vaut mieux être chargé de peines en la compagnie de celui qui a de grandes forces, que dé-

chargé de souffrances en la compagnie de celui qui a beaucoup de faiblesse. Lorsque vous souffrez, vous êtes proche de Dieu, qui est votre force, *car il est près de ceux qui ont le cœur affligé* (*Psal.*, XXXIII, 19). Mais lorsque vous êtes exempt de croix, vous êtes très-proche de vous-même, qui êtes votre propre faiblesse, parce que la vertu et la force de l'âme s'augmentent et s'affermissent dans les afflictions les plus dures.

5. Celui qui veut vivre sans direction d'aucun père spirituel ressemble à un arbre qui est planté seul dans un champ, et qui n'appartient à personne. Tous ceux qui passent par là enlèvent ses fruits avant même qu'ils soient mûrs.

6. L'âme qui marche seule et sans directeur, dans les voies spirituelles, est semblable à un charbon allumé, mais séparé des autres, lequel, au lieu de s'embraser davantage, s'éteint tout à fait.

7. Celui qui va seul et sans guide, et qui tombe seul en chemin, demeure seul en sa chute, et il montre bien qu'il fait peu d'état de son âme, puisqu'il ose se fier à lui-même.

8. Si vous n'appréhendez pas de tomber étant seul, craignez du

du moins la difficulté que vous aurez à vous relever seul. Considérez, au reste, que deux peuvent plus qu'un seul homme.

9. Celui qui tombe chargé d'un pesant fardeau se relève difficilement avec sa charge. L'aveugle qui tombe ne se relève pas seul, à cause de son aveuglement; et, s'il se relève seul, il n'ira pas par le droit chemin.

10. Dieu estime plus le moindre degré de pureté de conscience que toutes les actions que vous pouvez faire pour son service.

11. Une âme bien résolue à recevoir, pour l'amour de Dieu, toutes les désolations intérieures et toutes les souffrances qui lui arrivent est plus précieuse et plus chère à Dieu que toutes les méditations qu'elle pourrait faire, et toutes les visites spirituelles ou visions qu'elle pourrait avoir.

12. Dieu aime mieux le moindre degré de votre obéissance et de votre soumission que tous les autres grands services que vous vous efforcez de lui rendre.

13. Défaites-vous de toutes sortes d'affections, et vous aurez ce que votre cœur désire. Après tout,

comment pouvez-vous connaître si tous vos désirs sont conformes à la volonté de Dieu?

14. Puisque vous savez que l'accomplissement de voire volonté augmente la peine intérieure que vous sentiez auparavant, refusez-lui la satisfaction qu'elle demande, quoique vous prévoyiez que votre cœur demeurera ensuite dans ses premières amertumes.

15. Si l'âme qui va à Dieu nourrit en elle-même et entretient la moindre cupidité des choses du monde, elle tombe dans une plus grande indécence et dans une impureté plus grossière que si elle souffrait les tentations les plus honteuses et les ténèbres d'esprit les plus profondes qu'on puisse endurer, pourvu qu'elle ne donnât point son consentement à ces tentations.

16. Une personne qui se soumet, dans l'aridité et dans les peines, aux choses justes et équitables, est plus agréable à Dieu que celle qui, manquant de cœur dans les sécheresses, veut faire tous ses exercices spirituels avec beaucoup de douceurs intérieures.

17. Dieu agrée plus une bonne œuvre faite en secret, sans désirer qu'on la connaisse, que mille autres bonnes œuvres d'éclat et faites avec dessein

d'en donner connaissance aux hommes.

18. Celui qui fait quelque chose pour Dieu, par le mouvement d'un amour très-pur, ne laisserait pas de le faire avec joie, s'il était possible que Dieu ne le connût nullement.

19. Une œuvre pure et parfaite, entreprise et achevée pour l'amour

505

de Notre-Seigneur, établit le royaume de Dieu dans le cœur tout pur de celui qui l'a faite.

20. Comme un oiseau qui s'est pris à la glu a deux peines, l'une de s'en débarrasser, l'autre de se nettoyer, de même celui qui satisfait son appétit sensuel doit travailler à s'en détacher et à se purifier de son attache.

21. Celui qui n'obéit pas à ses passions volera en esprit facilement vers Dieu, comme un oiseau vole librement quand il a les ailes entières et libres.

22. Un petit fil empêche aussi bien l'oiseau de voler qu'un gros fil : de même un petit attachement est à l'âme un aussi grand obstacle pour aller à Dieu, qu'un grand attachement.

23. Une mouche qui, voulant goûter la douceur du miel, y frotte ses ailes, ne peut plus voler. Ainsi l'âme qui veut se repaître de la douceur de l'esprit n'a plus la liberté de s'élever à la contemplation.

24. Si vous souhaitez que la face de Dieu paraisse claire et simple en votre unie et y fasse briller son éclat, ne vous trouvez point parmi les créatures; au contraire, videz-en parfaitement votre esprit, et alors vous marcherez au milieu des lumières divines.

25. Pourquoi différez-vous si longtemps d'aller à Dieu, puisque vous pouvez en un moment occuper votre cœur à l'aimer?

26. Lorsque l'esprit est parfaitement purifié, il ne s'arrête plus à la superficie des objets extérieurs, et ne s'embarrasse pas des respects humains ; mais il se recueille en lui-même, éloigné des images des créatures ; il converse seul en paix avec son Dieu.

27. L'âme qui aime Dieu est douce, humble et patiente ; l'âme qui persiste en son amour-propre s'endurcit ordinairement le cœur.

28. Celui qui interrompt l'exercice et le cours de l'oraison ressemble à un homme qui tient un passereau à la main, et qui le laisse envoler; il ne peut

le reprendre qu'avec peine.

29. L'unique pensée d'un homme vaut mieux que tout l'univers. C'est pourquoi Dieu seul mérite de l'avoir, et elle est due à Dieu seul. De sorte que c'est faire un larcin que de ne pas rapporter à Dieu toutes les pensées qu'on peut avoir.

30. Comme il doit y avoir de la proportion en toutes choses, ce qui ne se peut sentir regarde les choses insensibles ; les sens ont du rapport avec les choses sensibles, et notre esprit en a avec la pensée qu'on a de Dieu.

31. Considérez que votre ange gardien n'excite pas toujours

506

votre appétit à opérer, quoiqu'il éclaire toujours votre raison. C'est pourquoi n'espérez pas avoir toujours des goûts sensibles dans vos opérations, puisque l'entendement et la raison suffisent pour agir.

32. Lorsque l'appétit de l'homme s'applique à quelque chose hors de Dieu, il forme un obstacle à la lumière dont l'ange se sert pour porter l'âme à la vertu.

33. Ce que vous désirez avec le plus d'empressement et de soin, vous ne le trouverez ni par toutes vos recherches ni par la plus haute contemplation; mais vous l'obtiendrez par une profonde humilité et par la victoire que vous remporterez sur votre cœur.

34. Ne vous fatiguez pas inutilement : vous ne goûterez pas la douceur d'esprit que vous souhaitez, à moins que vous n'embrassiez le renoncement de la chose même que vous désirez.

35. Plus une fleur est délicate, plus elle sèche facilement et perd sa beauté et son odeur. Ce changement, si prompt et si facile à faire, vous apprend que, si vous cherchez toujours les douceurs intérieures dans les voies spirituelles, vous serez changeant et inconstant.

36. Armez-vous toujours d'un esprit ferme, fort, inébranlable, et qui n'ait d'inclination à aucune chose; vous jouirez alors d'une consolation et d'une paix solide. Ce sera un fruit de durée et de bon goût, comme le sont les fruits qui viennent dans les pays froids.

37. Ce qui naît du monde est monde, et ce qui naît de la chair est chair. Le bon esprit naît de l'esprit de Dieu. Ainsi Dieu ne se communique jamais, ni par le monde ni par la chair.

38. Entrez en compte avec votre raison, afin que vous exécutiez dans la voie de Dieu ce qu'elle vous dicte. Cet examen vous sera plus utile que toutes les actions que vous faites sans cette réflexion, et vous en tirerez plus de fruit que des faveurs spirituelles que vous recherchez.

39. Heureux est celui qui, méprisant et abandonnant ses goûts sensibles et son inclination, regarde les choses de telle façon, qu'il ne s'attache, en les faisant, qu'à la raison et à la justice.

40. Celui qui suit en ses œuvres la conduite de la raison ressemble à un homme qui se nourrit de viandes solides et substantielles ; mais celui qui veut satisfaire le goût de sa volonté est semblable à un homme qui mange des fruits insipides et à demi pourris.

41. Si vous aviez affranchi votre âme des passions et des désirs déréglés qui se portent aux objets extérieurs et étrangers, vous

507

comprendriez les choses spirituelles; et, si vous aviez renoncé au penchant que vous y sentez, vous connaîtriez ce qu'il y a de véritable et de certain.

42. Celui-là sans doute a vaincu toutes les choses de ce monde qui ne reçoit plus ni joie de leur douceur, ni tristesse de leur amertume.

43. Si vous voulez entrer dans l'intérieur de l'âme et y demeurer avec Dieu, il est nécessaire que vous viviez de telle sorte, que vous ne laissiez pas entrer dans votre cœur les choses extérieures, et que vous les renonciez dans une parfaite nudité et pauvreté d'esprit.

44. Celui-là ne pourra jamais arriver à la perfection qui ne règle pas ses appétits, soit naturels, soit surnaturels, de telle manière, qu'il soit content d'être privé de tout ce qui n'est pas Dieu. Cette privation est nécessaire pour jouir d'une paix parfaite et d'une entière tranquillité d'esprit.

45. Dieu étant en quelque façon inaccessible par le moyen des créatures, il ne faut pas vous arrêter à ce que vos puissances peuvent connaître et vos sens peuvent sentir, de peur que vous ne vous contentiez de ce qu'il y a de plus petit devant Dieu, et que voire âme ne perde cette agilité spirituelle qui lui est nécessaire pour aller à son Créateur.

46. L'âme qui n'a pas éteint ses désirs et ses soins pour les choses du monde n'a pas moins de difficulté pour aller à Dieu qu'un homme n'a de peine à traîner en haut un chariot fort pesant.

47. La volonté de Dieu n'est pas que l'âme reçoive des troubles et des peines. Si l'âme en souffre, cela vient de la faiblesse de sa vertu, puisque les personnes parfaites se réjouissent de ce qui attriste les personnes imparfaites.

48. Le chemin qui conduit à la vie ne demande pas beaucoup de travail ; il exige plus l'abnégation de la propre volonté que les rares connaissances. Plus quelqu'un aura d'attache pour les choses sensibles, moins il fera de progrès en cette voie.

49. Ne vous persuadez pas, je vous prie, que plaire à Dieu consiste à faire beaucoup de bonnes œuvres : c'est à les faire avec une volonté droite, sans amour-propre et sans respect humain.

50. A la fin de votre vie, on vous demandera compte de votre volonté et de votre amour. Occupez-vous donc maintenant à aimer Dieu comme il veut qu'on l'aime, et abandonnez en toutes choses votre inclination naturelle.

51. Gardez-vous de vous mêler des affaires d'autrui, ni même de vous en souvenir, puisqu'à peine pouvez-vous remplir parfaitement votre devoir.

52. Ne méprisez pas les autres, et ne croyez pas que, si les vertus que vous remarquez en eux n'éclatent pas, ils ne sont point agréables à Dieu pour d'autres choses auxquelles vous ne pensez nullement.

53. Comme l'homme ignore la véritable différence qui se trouve entre le bien et le mal, il n'a pas le secret de gouverner, selon la raison, sa joie et sa douleur.

54. Ne vous affligez pas des accidents et des adversités du monde. Vous ne savez pas, étant, comme ils sont, envoyés de Notre-Seigneur, quels biens ils apporteront aux justes pour leur utilité, et aux élus pour leur salut éternel.

55. Ne vous réjouissez pas des biens temporels et passagers ; vous n'êtes pas assuré s'ils vous aideront à acquérir la gloire céleste.

56. Ayez recours à Dieu dans vos souffrances ; il vous consolera, il vous éclairera, il vous instruira.

57. Lorsque, dans vos exercices spirituels, la joie et la tendresse se répandront dans votre cœur, recourez aussitôt à Dieu avec crainte et en vérité ; vous ne tomberez jamais dans l'illusion ni dans la vanité.

58. Regardez Dieu comme l'époux de votre âme et

comme votre ami, et marchez toujours en sa présence. Par ce moyen vous apprendrez à l'aimer très-purement ; vous vous défendrez du péché; et ce qui vous sera nécessaire vous réussira heureusement.

59. Si vous voulez vaincre sans peine tout le monde et vous assujettir toutes choses, oubliez-les; oubliez-vous aussi vous-même.

60. Procurez-vous une paix solide et un repos inaltérable, en rejetant les soins superflus et en méprisant les accidents qui peuvent arriver. C'est ainsi que vous servirez Dieu avec satisfaction et avec joie.

61. Considérez bien que Dieu ne règne que dans l'âme pacifique et dépouillée de ses propres intérêts.

62. Quoique vous fassiez plusieurs bonnes œuvres, néanmoins, si vous n'apprenez à renoncer votre propre volonté, à quitter le soin de vous-même et de vos intérêts, vous n'avancerez pas dans le chemin de la sainteté.

63. L'âme gagne plus en peu de temps avec les moindres dons de Dieu, qu'elle ne pourrait acquérir dans tout le cours de sa vie avec ses qualités naturelles.

64. On perd le secret et la pureté de sa conscience quand on déclare aux hommes les biens qu'on y tient cachés, car on se contente alors de recevoir des louanges frivoles pour récompense de ses bonnes œuvres.

65. Il est surtout nécessaire de servir Dieu en observant le silence,

509

tant des passions et des désirs que de la langue. Car Dieu entend seul le langage de l'amour et du cœur.

66. Ne vous laissez pas emporter à la vaine joie, sachant combien vous avez commis de péchés, et ignorant si vous êtes agréable à Dieu ; mais craignez toujours et espérez en sa miséricorde.

67. Mortifiez continuellement votre langue et vos pensées, et attachez sans cesse votre amour à Dieu. Votre cœur s'enflammera pour son Créateur d'une manière toute divine.

68. Efforcez-vous d'avoir et de conserver en votre cœur une tranquillité et une paix continue, accompagnée d'une connaissance de Dieu pleine d'amour; et, quand vous serez obligé de parler, fai-

tes-le toujours avec cette paix et cette tranquillité.

69. Rappelez souvent en votre esprit la vie éternelle, et considérez que plus les hommes auront été méprisables en leur pensée, humbles et pauvres en ce monde, plus ils auront d'estime et de gloire dans le Ciel.

70. Réjouissez-vous continuellement en Dieu, qui est votre salut; examinez combien il est avantageux d'endurer patiemment tous les accidents de la vie pour l'amour de celui qui est infiniment bon.

71. Que sait celui qui ne sait pas souffrir pour Jésus-Christ? Certainement, lorsqu'il s'agit de souffrances, plus elles sont nombreuses et désolantes, meilleure est la condition de celui qui les supporte.

72. Si quelqu'un tâchait de vous persuader une doctrine relâchée, quand il ferait des miracles pour l'appuyer, ne le croyez pas; au contraire, embrassez l'austérité de la pénitence et le renoncement des créatures.

73. Considérez combien il est expédient de vous faire la guerre à vous-même, et d'aller à la perfection par la voie des macérations et de la pénitence ; comprenez bien aussi que vous rendrez compte à Dieu de toutes les paroles que vous aurez dites contre les ordres de l'obéissance.

74. Si vous êtes crucifié avec Jésus-Christ dans l'intérieur et dans l'extérieur, vous aurez de la joie en ce monde; vous aurez l'âme contente, et vous la posséderez par votre patience.

75. Ne vous éloignez jamais d'une amoureuse attention sur Dieu ; mais ne désirez d'en obtenir aucune chose singulière.

76. Ayez une continuelle confiance en Dieu, et croyez qu'il estime, sur toutes choses, dans vous et dans les autres, les biens spirituels.

77. Chassez de votre âme tout ce qui n'est pas spirituel de sa nature, car, si vous le receviez, vous perdriez la douceur et le goût de la dévotion et du recueillement.

78. Contentez-vous de Jésus-Christ crucifié ; souffrez et reposez-vous avec lui ; n'aimez ni souffrances ni repos sans lui; étudiez-vous

510

à détruire en toutes choses l'esprit de propriété et d'attachement a vous-même.

79. Entrez dans votre intérieur très-souvent, et travaillez avec ferveur devant Dieu, qui est toujours présent et qui vous fait sans cesse du bien.

80. Faites en sorte que toutes les choses créées ne vous paraissent d'aucune importance, et que vous ne leur soyez vous-même d'aucune conséquence: effacez-les toutes de votre esprit, et demeurez seul avec Dieu dans le secret de votre retraite.

81. Aimez extrêmement les souffrances, et comptez pour rien d'en supporter de très-grandes, afin que vous soyez par ce moyen agréable à Notre-Seigneur qui a bien voulu mourir pour vous.

82. Comme on couvre de vêtements le pauvre qui est tout nu, de même Dieu revêtira des ornements de sa pureté, de sa douceur et de sa volonté, l'âme qui se sera dépouillée de ses passions et de ses désirs.

83. Dieu le Père n'a dit qu'une parole, qui est son Fils, et il l'a dite dans un silence éternel : l'âme doit aussi l'entendre dans un silence perpétuel.

84. Nous ne devons pas ajuster les souffrances à nous-mêmes, mais il faut nous ajuster nous-mêmes aux souffrances.

83. Qui ne cherche pas la croix de Jésus-Christ rejette sa gloire; si vous désirez posséder votre Sauveur, ne le cherchez pas hors de la croix.

86. Lorsque Dieu veut aimer l'âme, il ne regarde pas son excellence, mais son humilité et le mépris

qu'elle fait d'elle-même.

87. Comme les cieux ne sont sujets ni à la corruption ni à la génération, de même les âmes, étant d'une nature céleste, ne produisent et ne nourrissent pas les passions.

88. N'usez pas des aliments défendus de cette vie, puisque bienheureux sont ceux qui ont faim et soif de la justice, parce qu'ils seront rassasiés.

89. Les passions fatiguent l'âme, l'obscurcissent, la tachent, l'affaiblissent.

90. La perfection ne consiste pas dans les vertus que chacun connaît en soi-même, mais en celles que Dieu approuve ; ce qui est si caché aux yeux des hommes, que personne n'a sujet de présumer de soi-même, mais que chacun doit beaucoup appréhender.

91. L'amour ne tire pas son prix des grands sentiments que les hommes peuvent avoir, mais de la grande pauvreté d'esprit et de la parfaite patience qu'ils ont pour Dieu leur bien-aimé.

93. L'âme ne doit pas répandre ses puissances et ses sens sur les

choses extérieures: elle doit seulement les y occuper autant que la nécessité l'exige, et abandonner le reste à Dieu.

93. Nous avons trois marques de la récollection intérieure, lesquelles y doivent concourir ensemble. La première est que l'âme ne prenne plus de plaisir aux choses passagères et frivoles; la deuxième, qu'elle se plaise dans la solitude et dans le silence, et qu'elle cherche avec soin ce qui est le plus parfait; la troisième, que la méditation et le discours, qui l'aidaient auparavant, lui soient devenus un obstacle en ses exercices spirituels.

94. Ne faire jamais attention aux défauts d'autrui, garder le silence et entretenir un commerce continu avec Dieu; c'est le moyen de délivrer l'âme de plusieurs imperfections, et de la mettre en possession des vertus les plus éminentes.

95. N'ayez point de soupçons, et ne faites point de mauvais jugements de votre frère, car vous perdriez la pureté de cœur.

96. Ni la prospérité n'arrête l'âme, ni l'adversité ne l'assujettit et la tient captive, lorsqu'elle se relire des objets extérieurs et qu'elle renonce à sa volonté propre, même dans la jouissance des choses di-

vines.

97. Que vous sert de donner une chose à Dieu, lorsqu'il vous en demande une autre? Examinez quelle est sa volonté, afin que vous l'accomplissiez. Vous en recevrez plus de plaisir que si vous faisiez ce que vous désireriez ardemment.

98. Comment osez-vous, avec tant d'intrépidité, donnera vos passions tout le contentement qu'elles recherchent, puisque vous paraîtrez enfin au tribunal de Dieu, pour lui rendre compte de vos moindres paroles et de toutes vos pensées.

99. Pesez bien cette terrible vérité, que plusieurs sont appelés et peu sont élus; de sorte que si vous ne vivez avec beaucoup de précautions et de soins, votre perte est plus certaine que votre salut éternel.

100. S'il est constant que, quand il vous faudra répondre à Dieu de toute votre vie, vous vous repentirez de n'avoir pas bien employé le temps-en son service, pourquoi ne le réglez-vous pas maintenant de la manière que vous voudrez alors l'avoir consumé pour votre Créateur?

PRIÈRE QUE LE BIENHEUREUX JEAN DE LA CROIX FAIT A NOTRE-SEIGNEUR, EN ACHEVANT SES INSTRUCTIONS.

O vous, mon Seigneur et mon Dieu, qui daignez bien avoir de l'amour pour moi, si vous vous souvenez encore de mes péchés, de telle sorte que vous ne vouliez pas écouter nia prière, disposez

512

de moi comme il vous plaira, car je me sou mets à votre volonté; faites éclater sur moi votre bonté et votre miséricorde; c'est par elle que les hommes vous connaissent. Mais, si vous attendez de moi de bonnes œuvres, pour avoir sujet de me donner ce que je vous demande, aidez-moi, Seigneur, de votre grâce à les produire, et faites-les vous-même en moi et avec moi. Envoyez-moi les peines qui vous seront les plus agréables; je les accepte volontiers, et je désire qu'elles m'arrivent selon vos desseins. Que si vous n'attendez pas mes œuvres, que vous proposez-vous donc, ô très-doux Seigneur? Pourquoi différez-vous à faire ce que vous voulez? Si vous avez résolu de me faire sentir les effets de

votre grâce et de votre miséricorde, que je vous demande par les mérites de votre Fils, recevez mes petits ouvrages, s'il vous plaît, et accordez-moi ce bien, si c'est votre bon plaisir. Je ne puis rien sans vous, et je ramperai toujours dans la boue, si vous ne me retirez de ma bassesse. Car qui est-ce qui peut éviter ce qu'il y a de plus bas et de plus imparfait sur la terre, si vous ne l'élevez à vous, ô mon Dieu, dans la pureté de votre amour?

Numérisation : Abbaye Saint Benoît de Port-Valais

Mise en page pour ebook Reader format tablette

par André Roussel, juillet 2010

rouand8@msn.com

Disponible sur le site jesusmarie.com