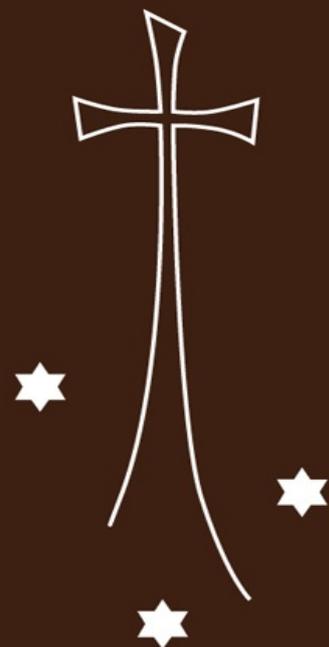


Wilfrid Stinissen, *o.c.d.*

CACHÉS DANS L'AMOUR

Manuel de vie carmélitaine



Ce petit livre est un trésor. Héritier des lointaines *Instructions des novices* qui initièrent des générations de religieux à la vie carmélitaine, il livre au spirituel du XXI^e siècle toute une sagesse de vie mûrie au cours de près d'un millénaire.

Prière, organisation du temps, activité apostolique, détente, vie sacramentelle, travail... autant de thèmes abordés dans une optique très pratique en de courtes sentences dans lesquelles le lecteur trouvera sans peine la perle qui nourrira sa journée.

Le Père Wilfrid Stinissen, carme déchaux, vit en Suède où il a été pendant de longues années maître des novices. Il est l'auteur de nombreux ouvrages de spiritualité, certains traduits et édités en français comme La nuit comme le jour illumine ou L'oraison contemplative, (Éditions du Carmel).

ÉDITIONS DU CARMEL

Diffusion Cerf
Sodis 8601595
2011-VIII

Wilfrid Stinissen, *o.c.d.*

CACHÉS DANS L'AMOUR

Manuel de vie carmélitaine

Éditions du Carmel

2011

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

faisant appel à la théorie selon laquelle, différents chemins menant au but, il faut se contenter de la voie que Dieu a choisie pour nous. Ce pourrait bien être de ta propre faute si Dieu ne te conduit pas par le chemin de la contemplation, s'Il ne le *peut* même pas à cause de ton manque de disponibilité. Dans ce cas, tu y perds beaucoup.

Quand notre Mère sainte Thérèse écrit, comme nous l'avons vu, que « nous toutes qui portons ce saint habit du Carmel (sommes) appelées à l'oraison et à la contemplation » (D V 1, 2), elle continue :

« Rares sont celles d'entre nous qui se disposent à mériter que le Seigneur leur découvre la perle précieuse dont nous parlons » (*ibid.*). Ce que Thérèse écrit ici ne vaut pas seulement pour ses sœurs. Il n'y a probablement jamais eu au cours de l'histoire un besoin de contemplation aussi largement répandu qu'à notre époque. Beaucoup se sentent appelés à une prière plus profonde, mais il en est malheureusement peu qui soient prêts à aller jusqu'au bout de cette vocation.

Se préparer au don de la contemplation est tout autre chose que mener la vie dont se contentent la plupart des « bons » chrétiens. La contemplation pose des exigences bien plus élevées. « Quant aux vertus pour y atteindre, il nous en faut beaucoup, beaucoup, et ne jamais rien négliger, ni peu, ni prou » (*ibid.*).

Si tu es attiré par la contemplation, tu seras motivé pour prendre à cœur ce « beaucoup ». Que tu aies pu goûter toi-même la douceur du Seigneur, que des livres de mystiques aient allumé en toi la flamme, tu es prêt à faire tout ce que tu peux pour étouffer le bruit intérieur. Tu sais que Dieu se communique de préférence dans le silence. Si tu as de fortes distractions dans la prière, ne les considère pas trop facilement comme une tentation

à supporter avec passivité et complaisance. Examine ta conscience pour voir si la distraction ne vient pas de l'habitude, au cours de la journée, de « courir après tes désirs » (*apetitos*) (saint Jean de la Croix). Tu veux vraiment te mettre sur la longueur d'onde de Dieu. Ce profond désir te permet de découvrir dans la volonté de Dieu un nouveau contenu. Dieu veut davantage que ce que tu pensais au début. Il veut que tu t'engages avec plus de détermination, de tout ton cœur et de toute ton âme, Il attend de toi une plus grande intensité de vie, orientée plus exclusivement vers Lui.

Thérèse est d'avis que nous devons donner délibérément à Dieu l'occasion de nous faire ses dons, c'est-à-dire la contemplation. « Bien qu'il veuille venir se délecter dans une âme et la choyer, il n'en trouve pas l'accès, alors qu'il la veut seule, limpide et désireuse de recevoir ses faveurs (*con gana de recibirlos*) » (V 8, 9).

Elle essaie de susciter l'enthousiasme de ses sœurs et de stimuler leur désir de recevoir les dons de Dieu. Accepter tout bonnement ce qui vient, contemplation ou pas, peut ressembler à de l'abandon, mais aussi être le signe d'une certaine indifférence à l'égard de Dieu. Qui aime Dieu désire voir son Visage. « Montre-nous ton Visage et nous serons sauvés », telle est la prière que l'Église répète sans cesse dans la liturgie (Ps. 80, 4.8.20). Bien que Thérèse se contredise parfois et admette que tous ne peuvent pas être contemplatifs (C 17, 2), sa conviction de fond semble pourtant bien être que la contemplation est quelque chose que Dieu tient prêt pour qui *veut la recevoir*. « Il ne met personne dans l'impossibilité d'acheter ses richesses ; si chacun donne ce qu'il a, il s'en contente. Béni soit un si grand Dieu. Mais considérez, mes filles, qu'en ce qui nous occupe, il n'entend pas que vous vous réserviez quoi que ce soit ; peu ou

beaucoup, il veut tout pour lui, et les faveurs que vous recevrez seront plus ou moins grandes, conformément à ce que vous constaterez avoir donné » (D V 1, 3). Il faut y mettre le prix. Mais il est plus facile d'y mettre le prix si l'on sait qu'on recevra infiniment plus que ce qu'on donne.

Ces « plus grandes faveurs » ne consistent pas nécessairement en ces états élevés d'oraison que Thérèse décrit. Comme nous l'avons déjà vu plus haut, elle écrit elle-même que parfois, justement au sujet des états d'oraison, il peut s'agir de « petits ruisseaux ». Thérèse de Lisieux a rarement fait l'expérience de l'oraison de quiétude et d'union, et pourtant elle est persuadée d'avoir parcouru tout le chemin de la mystique. Un mois avant sa mort, elle écrit à Mère Agnès : « Ah ! c'est incroyable comme toutes mes espérances se sont réalisées. Quand je lisais Saint Jean de la Croix, je suppliais le bon Dieu d'opérer en moi ce qu'il dit, c'est-à-dire la même chose que si je vivais très vieille ; enfin de me consommer rapidement dans l'Amour, et je suis exaucée ! ³ »

À ce propos, nous trouvons chez Ruth Burrows⁴ une distinction éclairante entre deux sortes de mystique qu'elle décrit comme « light on » et « light off ». La réalité est la même, mais chez certains, la lumière est allumée tandis que chez d'autres, sûrement la plupart, elle est éteinte. Thérèse était, au contraire de sa sainte Mère, une mystique « light off ». Mais ce qui constitue le cœur de la mystique, le fait que, selon la définition insurpassable de Paul, « ce n'est plus moi qui vis, mais le Christ en moi » (Ga 2, 20), cela s'est pleinement réalisé chez Thérèse.

« Je comprends et je sais par expérience “que le royaume de Dieu est au-dedans de nous”... Je sens qu'Il est en moi, à

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

- 6 Mais ne t'imagines pas être arrivé pour de bon au stade de la prière contemplative. Ce qui « fonctionne » à merveille aujourd'hui sera peut-être tout à fait impossible demain. Tu resteras toujours un débutant. « Il n'est d'état d'oraison si élevé qu'il ne soit très souvent nécessaire de revenir aux commencements », écrit Sainte Thérèse (V 13, 15) Peut-être devras-tu te réfugier, pendant un temps plus ou moins long, dans une forme de prière plus active.
- 7 Ton « impuissance » à prier te rend plus profondément conscient de ta faiblesse et de ta pauvreté, une pauvreté qui est en fait ta richesse (Mt 5, 3). Tu comprends toujours mieux que tes échecs dans l'oraison sont autant de progrès importants sur le chemin de la sainteté, qui est un chemin de dépouillement, de kénose.
- 8 Si tu as parfois l'impression que tu ne peux pas atteindre Dieu, qu'un mur épais, infranchissable, te sépare de Lui, c'est le moment de creuser ta foi. Ce mur est une illusion. Dieu ne peut jamais être loin, Il t'est toujours plus proche que toi-même. Sur le roc inébranlable de cette foi, tu trouveras la paix.
- 9 L'*acédie* n'est pas la même chose que la sécheresse. La sécheresse agit dans le domaine de tes sens, tandis que l'*acédie* attaque directement ta volonté. Cette dernière a perdu sa ferveur. Tout est mort, non seulement au niveau des sens, mais aussi au niveau de la volonté. L'*acédie* se reconnaît à la répugnance qu'elle suscite pour ce qui est spirituel, elle est ennui, tiédeur, abattement. Tu as même perdu le désir de Dieu et le goût de la prière. La vie semble n'avoir plus de sens, tu n'as plus rien à espérer, elle te paraît triste et ennuyeuse.
- 10 Autant tu fais bien d'accepter la sécheresse et même de l'accueillir généreusement, car elle te dit que Dieu veut te rencontrer à un niveau plus profond, autant tu dois combattre activement l'*acédie*. Le mot latin « *acedia* » renvoie au dernier des sept péchés capitaux que l'on a ensuite traduit par « paresse », preuve qu'il s'agit vraiment d'une tentation à vaincre. Notre Mère sainte Thérèse écrit : « Mais que fera celui qui, au bout de longs jours, ne trouve que sécheresse, déplaisir, fadeur, et si peu d'envie de puiser l'eau que, s'il ne se rappelait qu'il fait plaisir au Seigneur du verger et qu'il lui rend service, s'il n'hésitait à perdre tout ce qu'il a déjà fait, car il espère encore un gain du grandtravail qui consiste à descendre bien des fois le seau dans le puits et à le remonter sans eau, il abandonnerait tout ? » (V 11, 10).
- 11 Plus encore qu'en cas de simple sécheresse, il est bon de se livrer ici à un examen de conscience pour trouver la cause de cette *acédie*. N'aurais-tu pas eu la pensée un peu présomptueuse d'être plus avancé que tu ne l'es en réalité ? Ne te laisses-tu pas trop accaparer par ton travail ? N'entretiens-tu pas un certain ressentiment contre ton supérieur ou ta supérieure, contre un frère ou une sœur, à cause d'une injustice réelle ou figurée dont tu serais victime ?
- 12 Comment se comporter en cas d'*acédie* ? N'aie pas peur ! Ne cherche pas à éviter la confrontation avec la réalité. Accepte ta condition actuelle, elle est ton point de départ. Le refoulement n'a jamais résolu aucun problème. Seul ce que tu oses vraiment regarder en face peut être transformé. Prie pour demander de l'aide ! Ton impuissance te pousse, bien plus : elle t'oblige à crier comme

l'Église l'a toujours fait : « Dieu, viens à mon aide ! ». Tu peux prier avec Jean de la Croix : « Viens, vent du midi qui réveille l'amour ! Souffle au travers de mon jardin ! » (CS 17)

- 13 Pour sortir de cet état de torpeur spirituelle, tu peux consciemment choisir de « faire » un geste significatif : le signe de croix, une aspersion d'eau bénite. Essaie de vivre entièrement dans l'instant présent et concentre-toi sur ce que tu as à faire en ce moment précis. Sors de ton mutisme et commence à parler à Dieu, même si les paroles te paraissent vaines. Unis-toi à Jésus à Gethsémani.
- 14 La meilleure chose à faire est certainement de louer Dieu, Le bénir et surtout Lui rendre grâce. Paul relie l'action de grâce à la joie (1 Th 5, 16-18). Pour « chasser toute mélancolie », comme le conseille saint Séraphin de Sarov (1759-1833), le moyen le plus court est habituellement de commencer par rendre grâce à Dieu.
- 15 À côté de l'acédie qui plonge ses racines dans ton propre orgueil et dans ton égoïsme, ou dans des tentations du démon (ou dans une combinaison des deux), il existe un état qui offre une certaine ressemblance avec l'acédie et dont les causes sont principalement physiologiques et/ou psychologiques. Si tu en es atteint, tu te sens « complètement éteint », physiquement et mentalement épuisé. Dans ce cas, il faut bien sûr en parler avec ton prier ou ta prieure qui pourra te donner la permission de te reposer davantage et éventuellement te mettre en contact avec un psychothérapeute. Mais là aussi, un puissant secours sera, dans la paix et le silence, de « choisir » la joie. Si ton esprit est sain, il aura nécessairement une influence bienfaisante sur ton corps et ton psychisme.

MARIE AU CARMEL

- 1 L'Église a toujours su que Marie tient une place d'honneur dans la vie contemplative. Être contemplatif ne signifie-t-il pas d'ailleurs être couvert de l'ombre de l'Esprit et concevoir en soi la Parole ? Pour tous ceux qui veulent mener une vie contemplative, Marie est vraiment *stella maris*, étoile de la mer. Parmi les beaux noms que l'Église lui a donnés dans les litanies mariales, beaucoup expriment exactement le désir des contemplatifs et ce qu'ils veulent devenir : Miroir de Justice, Trône de la Sagesse, Demeure de l'Esprit Saint, Maison d'or, Arche d'Alliance. Les vertus de la Sainte Vierge sont justement celles qui fleurissent – ou devraient fleurir – dans la vie contemplative.
- 2 En tant que carme/carmélite, tu appartiens à un Ordre qui, dès ses origines, a eu pour la Vierge Marie un amour profond et intense. La petite église des ermites sur le Mont Carmel lui était dédiée. C'est pourquoi ils reçurent le nom de « Frères de la Bienheureuse Vierge Marie du Mont Carmel ». Marie est appelée dans l'Ordre *Decor Carmeli*, Beauté du Carmel. Elle donne au Carmel une beauté particulière. Carme ou carmélite, tu peux être fier(e) d'elle. Si l'Ordre devait perdre son amour pour Marie, il renierait son identité. Dès le Moyen-Âge, l'identité mariale du Carmel était caractérisée par l'expression *Carmelus totus marianus*, le Carmel est tout entier marial. La place importante que prenait la dévotion mariale dans la vie des frères est illustrée par de pieuses légendes remontant au xiii^e siècle : d'après elles, Marie entretenait un contact vivant avec les ermites du Mont Carmel et venait de Nazareth leur parler de son Fils. Dès le début, les carmes ont considéré Marie
- 3 non seulement comme leur Mère et leur Reine, mais aussi comme une sœur aînée incarnant l'idéal de l'Ordre et stimulant de ce fait ses frères et sœurs à l'imiter⁶. Marie est un exemple parfait pour chaque carme et carmélite. Elle est un livre vivant où peuvent se lire notre Règle et notre manière de vivre. Qui, mieux qu'elle, a accompli le précepte central de notre Règle, méditant jour et nuit la Loi du Seigneur et veillant dans la prière ? En levant les yeux vers Marie comme vers ta sœur aînée, tu vois une image concrète de ce que doit devenir ta vie. Il suffit déjà de regarder Marie et d'essayer d'agir et d'être comme elle. Pureté virginale, silence, prière ininterrompue, considération des mystères de la foi, attention amoureuse à Jésus : tout cela, tu le trouves réalisé chez elle de manière idéale. Une de nos mystiques, Marie Petyt (1623-1677), écrit qu'il est sage de ne pas regarder directement le soleil, mais plutôt de le voir reflété dans le miroir sans tache que nous présente Marie.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

LECTIO DIVINA

- 1 Être Parole fait partie intégrante de l'Être de Dieu. Dieu parle, toujours. « Au commencement était la Parole, et la Parole était auprès de Dieu, et la Parole était Dieu » (Jn 1, 1). La Parole de Dieu est Dieu Lui-même. Sortir de Soi-même fait partie de Son Être. Sa Parole est Son Fils bien-aimé, vie de Sa propre vie. En cette Parole, tu as été créé, « car en Lui tout fut créé, dans le ciel et sur la terre » (Col 1, 16). Dieu t'adresse personnellement sa Parole quand Il t'appelle à l'existence. Tu existes parce que Dieu prononce sans relâche ton nom et dit ainsi qui tu es.
- 2 Étant donné que Dieu prend l'initiative et entame le dialogue, ton premier devoir est d'écouter. Cette écoute n'a rien d'abstrait, elle est au contraire très concrète. Dieu Lui-même a d'ailleurs parlé de manière concrète, dans la langue des hommes. Ses paroles ont été conservées, elles nous sont toujours accessibles, elles demeurent parmi nous dans la Bible. Comme chrétien, tu sais que toute la Biblen'est qu'une explication et une illustration de l'unique Parole de Dieu : son Fils, le Christ. À chaque page, c'est Lui que tu rencontres.
- 3 La Bible n'est donc pas un livre comme un autre, un parmi une série d'autres. On ne peut pas comparer la Bible avec d'autres livres en prétendant qu'elle est meilleure, plus sage et plus véridique. La Bible est d'une tout autre nature. Tous les autres livres nous transmettent des paroles humaines, la Bible nous transmet la Parole de Dieu.
- 4 Comme carme/carmélite, tu es appelé(e) à lire volontiers la Bible. Notre Règle nous incite à méditer jour et nuit la Loi du Seigneur. Si tu ne trouves pas de temps pour la lecture de la Bible, il manquera quelque chose d'essentiel à ta vie au Carmel.
- 5 La tradition chrétienne a toujours lu la Bible à trois niveaux à la fois. Ce qui est dit à propos d'Israël peut être appliqué à l'Église et à toi personnellement. La Parole te concerne, toi, ton sort, ta vie. Tu découvres toujours plus clairement que le chemin parcouru par Dieu avec le peuple élu est aussi le tien. Tandis que la Bible met en lumière l'histoire d'Israël et développe le plan de Dieu sur son peuple, elle met en lumière du même coup ta propre histoire. La révélation biblique devient révélation personnelle.
- 6 Cela te choque peut-être de lire dans l'Ancien Testament des histoires de guerre et de violence. Tu trouves à bon droit que la morale rencontrée là ne correspond pas du tout à ce que Jésus nous enseigne dans l'Évangile. Pense alors que la Bible est le récit de l'*histoire* du Salut, pas un traité sur l'être de Dieu et celui de l'homme.

La Bible raconte comment Dieu révèle progressivement la vérité sur Lui et sur l'homme. Elle ne dit pas tout en une fois. À un enfant, on ne dit pas la même chose qu'à un adulte, on n'en exige pas non plus la même chose. Comme un bon pédagogue, Dieu va à la rencontre de l'homme là où il en est et se met à son niveau. Avec une infinie patience, Il l'aide pour que, à partir de là, l'homme s'élève pas à pas à un niveau supérieur.

- 7 Tu trouveras peut-être difficile de découvrir une certaine unité entre les nombreux livres de la Bible. Pense alors que « le Christ est l'unique et incomparable Parole de l'Écriture » (CEC 101). Toute l'histoire biblique tend vers le Christ et se déploie en Lui. Il est la force motrice qui déclenche et dirige le développement, et en même temps Il en est le but. Il est le Seigneur des prophètes et en Lui s'accomplissent les prophéties. En Lui l'Écriture trouve son unité, car toute l'Écriture parle de Lui. Il est l'unique exégète de l'Écriture. C'est pourquoi tu dois toujours chercher le Christ quand tu lis la Bible.
- 8 Tu peux lire la Bible de diverses manières. Ta lecture de la Bible variera selon les différentes étapes de ta vie. À mesure que ta relation à Dieu s'approfondit et s'intensifie, ton contact avec la Parole se modifie également. On n'écoute pas un ami comme on écoute un étranger.
- 9 La parole de Dieu est inscrite dans la Bible afin que tu puisses, en tout temps, rencontrer dans cette parole la Parole vivante. Il y a une manière de lire où tu rencontres Dieu à la troisième personne, comme un *Il*. Tu lis un texte qui parle de *Lui*. Mais il y a aussi une manière de lire où Dieu devient ton interlocuteur, un *Tu*. *Dieu te parle directement et tu L'écoutes et Lui réponds.*
- 10 Si tu n'as jamais lu la Bible en son entier, il est à conseiller d'entreprendre sa lecture du début jusqu'à la fin en une *lectio continua* (lecture continue) applicable aussi aux livres bibliques pris séparément. Étant donné que la révélation divine est un processus historique et que l'histoire du Salut est étroitement mêlée à celle d'Israël, il importe de s'initier au développement historique et de voir comment le plan de Dieu se réalise progressivement et croît vers la « plénitude des temps » (Eph 1, 10) : le retour de Jésus Christ dans le monde. Tu peux souligner certains textes qui contiennent un message particulier pour toi et auxquels tu aimes revenir. Cette méthode a l'avantage de mettre les textes soulignés sous les yeux dès que tu ouvres ta Bible. Ainsi s'actualise la grâce reçue quand tu as découvert et souligné ces textes pour la première fois.
- 11 Si tu ne te sens pas encore très à l'aise dans la Bible, il sera certainement préférable de commencer par lire le Nouveau Testament du début jusqu'à la fin.
- 12 Tout en lisant à la suite la Bible en son entier ou un livre particulier, tu pourras faire chaque jour une courte lecture méditative qui sera alors une *lectio divina* au sens strict. Ici, « la prière doit accompagner la lecture de la Sainte Écriture pour que s'établisse un dialogue entre Dieu et l'homme ». ²² Dans la tradition monastique, on utilisait fréquemment le terme *ruminatio*, ruminantion. Tu rumines la parole, la médites, la répètes sans cesse.
- 13 On peut aussi choisir une forme active de *lectio divina* : écrire une courte

méditation, de préférence sous forme de prière, à partir d'un texte biblique, de préférence tiré du Nouveau Testament. Le risque, avec les textes bibliques, c'est qu'ils finissent par ne plus rien nous dire à force d'être lus ou entendus. En écrivant, on est obligé à se plonger dans le texte. Si tu n'as aucune inspiration, dis-toi bien que la Bible est faite de promesses et d'encouragements. Après chaque passage, demande-toi : qu'est-ce que ce texte a à me dire ? En d'autres termes : 1. Qu'est-ce que Dieu veut de moi (encouragement) ? 2. Que me promet-Il (promesse) ? Les deux, encouragement et promesse, ne font d'ailleurs qu'un. Les promesses de Dieu te donnent la force d'accomplir Sa volonté, et ses encouragements n'ont pas d'autre but que t'ouvrir à Ses promesses. La vie chrétienne est toujours à la fois don à recevoir et tâche à accomplir.

- 14 La *lectio divina* est une excellente introduction à l'oraison silencieuse. Se préparer à l'oraison en lisant quelques paroles inspirées tirées de la Sainte Écriture est un bon moyen de trouver le repos après le travail. En même temps, cela donne quelque chose à « ruminer » pendant l'oraison.
- 15 La *lectio divina* en ce sens strict n'est bien sûr pas la seule manière de lire la Bible. Comme nous l'avons dit, on a aussi besoin d'une lecture continue qui permette de situer les écrits dans leur contexte et de se familiariser avec tout ce qui y est contenu. Il est parfaitement possible de pratiquer successivement différentes manières de lire.
- 16 Évite de lire la Bible exclusivement à partir de tes besoins subjectifs. Choisir un texte biblique dont on pense qu'il répond à une nécessité momentanée n'est pas mauvais si on le fait seulement de temps à autre, mais cela ne doit pas devenir une règle générale. Choisir les textes selon ton propre goût revient à réduire la Bible à n'être plus qu'un livre donnant des réponses à tes questions. Tu cherches ce que tu veux trouver. Mais la Bible veut t'en dire davantage, susciter de nouvelles questions ou répondre à des questions auxquelles tu n'avais jamais pensé. La Bible en son ensemble est Parole de Dieu. Il faut laisser à Dieu l'opportunité de te dire tout ce qu'Il a à te dire.
- 17 Pour une lecture plus variée, tu as la possibilité d'utiliser un des lectionnaires existants, par exemple le lectionnaire de l'Église pour l'Eucharistie quotidienne. Tu y trouveras les textes les plus importants de la Bible placés dans leur juste contexte liturgique. Si tu es déjà familier de la Bible, tu peux, après avoir demandé au Saint Esprit ou à Marie de t'éclairer, choisir un livre biblique pour une lecture quotidienne continue.
- 18 Si, pendant un temps assez long, tu lis surtout l'Ancien Testament, il sera bon, pour garder le contact avec le Nouveau Testament, de lire, après ta lecture de l'Ancien Testament, un bref passage du Nouveau. Ainsi ta vision de l'Ancien Testament sera-t-elle constamment éclairée par la personne de Jésus-Christ.¹⁹ C'est le fait d'une évolution normale et saine qu'apparaissent peu à peu des préférences pour certains textes. Plus ta vie avec Dieu s'approfondit, plus clairement se dessinent ta vocation et ta mission personnelles. Certains textes bibliques répondront mieux à ton cheminement personnel, cela va de soi. Tu aimeras revenir à ces textes, les découvrant dans une perspective toujours nouvelle.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

LA SOLITUDE

- 1 « Tiens-toi à ce bien qui attire tous les autres ; je veux dire la solitude jointe à l'oraison et aux saintes et divines lectures. Apprends à y persévérer, dans l'oubli de tout ce qui ne t'incombe point par devoir. Tu plairas plus à Dieu en sachant te garder et te perfectionner toi-même qu'en acquérant toutes choses »³⁶.
- 2 Si un carme/une carmélite aime la solitude, c'est parce qu'il/elle veut être seul(e) avec Dieu en toute tranquillité. Pas plus que le silence, la solitude au Carmel n'est ressentie comme quelque chose de négatif, un sacrifice ou une ascèse. L'amour de la solitude est au contraire une heureuse conséquence de la blessure d'amour et du désir irrésistible d'être en compagnie du Bien-Aimé. Dieu attire Lui-même l'âme au désert. « Je veux la conduire au désert et parler à son cœur » (Os 2, 16).
- 3 Tu sais que le désert est le lieu où Israël rencontre son Dieu, où Celui-ci devient « réalité » pour Son peuple. Le désert est aussi le lieu où Dieu purifie et affine son peuple et scelle avec lui une alliance : « Je te fiancerai à moi pour toujours, dans l'amour et la fidélité : et tu connaîtras le Seigneur » (Os 2, 22). Israël a gardé de cette époque du désert un souvenir un peu nostalgique : Dieu accomplissait alors des miracles pour son peuple et Se faisait connaître de la façon la plus évidente.
- 4 Aspire à devenir toi-même un désert en t'éloignant et te libérant de tout ce qui t'empêche d'être pure attention à Dieu. « La beauté du Carmel sera donnée à l'âme qui ressemble à un désert », dit Saint Grégoire de Nysse (+ environ 395).
- 5 Te retirer dans la solitude, c'est aller à la rencontre de Dieu. Sans Dieu, ta solitude est vide et dangereuse, elle fait de toi une proie facile pour le démon qui a lui aussi sa demeure dans le désert. Sans Dieu, tu es fatalement perdant dans la lutte contre les démons.
- 6 La solitude du Carmel est un signe prophétique : elle indique que le Royaume de Dieu est déjà arrivé, et en même temps que ce Royaume n'est pas de ce monde (Jn 18, 36).⁷ La solitude fait de ton être intérieur un « jardin bien clos » où ton âme peut rencontrer son Dieu en toute tranquillité. Elle fait de toi une « source scellée » dont Dieu seul peut briser le sceau pour étancher la soif infinie que tu as de Lui (Ct 4, 12). Tu aimes ce passage du psalmiste et tu exultes avec lui : « Le Seigneur est mon partage et ma coupe...

*La part qui me revient fait mes délices...
j'ai même le plus bel héritage !*

Je garde le Seigneur devant moi sans relâche...

Mon cœur exulte, mon âme est en fête »

(Ps 16, 5-6, 8-9)

- 8 Comme carme/carmélite, tu ne peux jamais oublier que tu descends des ermites du Mont Carmel. Notre Mère sainte Thérèse y attache beaucoup d'importance : « Rappelons-nous nos saints Pères du passé, ces ermites, dont nous prétendons imiter la vie » (C 11, 4). « Le style de vie auquel nous prétendons, continue-t-elle un peu plus loin, est non seulement celui des religieuses, mais celui des ermites, et puissiez-vous vous détacher comme eux de tout le créé » (*ibid.* 13, 6).
- 9 Cette dimension érémitique si typique de notre Ordre est d'un grand prix à tes yeux. Tu vibres, toi aussi, aux paroles de Saint Bruno (1032-1101) : *O beata solitudo, o sola beatitudo* (Ô bienheureuse solitude, ô seule béatitude).
- 10 La dimension érémitique est exprimée au Carmel par la clôture stricte et le précepte de la Règle : « Que chacun d'entre vous demeure seul dans sa cellule ou près d'elle ». La clôture, particulièrement radicale chez les sœurs, crée une distance avec le « monde » – nous ne sommes « pas du monde » – et la cellule rappelle les ermitages des origines sur le Mont Carmel. C'était d'ailleurs le souhait de notre Sainte Mère : chaque monastère devait posséder quelques ermitages où les sœurs pourraient s'isoler pour prier (C 2, 9). Qui plus est, notre Ordre comporte quelques « Saints Déserts » où les frères ont la possibilité de passer un certain temps en plus grande solitude.
- 11 Notre Sainte Mère incite ses sœurs à désirer être seules avec leur Époux. « C'est à quoi elles doivent toujours prétendre : seules avec Lui seul » (*solas con el Solo*) (V 36, 29).
- 12 Saint Jean de la Croix dit exactement la même chose : « Vis comme s'il n'y avait en ce monde que Dieu et toi, en sorte que rien d'humain n'arrête ton cœur »³⁷.
- 13 On a souvent comparé la solitude avec la virginité. Quand tu es en solitude, tu ressembles à la vierge qui est « attachée sans partage au Seigneur » (1 Co 7, 35 *euparedron tô Kuriô*) et a seulement « le souci des affaires du Seigneur » (*ibid.* 34). Dans cet état de totale ouverture, Dieu pourra jeter sa semence afin que « il se fasse en ton âme comme une incarnation du Verbe » (Élisabeth de la Trinité). En ce domaine, Marie, que l'Église appelle « Vierge-Mère » et « Mère toute pure », est l'exemple que tu dois suivre.
- 14 Sois reconnaissant de pouvoir vivre dans un monastère qui est une image de la Jérusalem céleste. Et pas seulement une image. « Cette maison est un ciel, s'il en est un sur terre. Celle dont le contentement n'est que de contenter Dieu et de ne point faire cas de son propre contentement y mène une très bonne vie » (C 13, 7). Par conséquent, ne quitte pas ton monastère sans raison contraignante et retourne le plus vite possible dans ce havre de salut.

LA CELLULE

- 1 Aime ta cellule et considère-la comme une sœur, un lieu privilégié où l'Époux est toujours à t'attendre et où tu te laisses instruire par Lui dans le silence et la solitude. « Demeure assis dans ta cellule et ta cellule t'enseignera tout », dit Abba Moïse.
- 2 Dispose ta cellule de manière à ce qu'elle soit réellement un sanctuaire où tout renvoie à Dieu. Veille à ce que l'ordre y règne. Il est difficile de se consacrer à la prière et à la lecture spirituelle dans une cellule qui n'est que désordre.
- 3 Ne remplis pas ta cellule de livres, d'outils inutiles ou d'autres objets qui n'ont rien à y faire. Prends soin d'y faire de temps en temps le ménage à fond et d'en enlever tout le superflu. Ta cellule ne doit pas devenir un entrepôt. Tu ne peux pas vivre seul avec Dieu si tu ne te libères pas de tout ce qui est inutile et sans intérêt.
- 4 Si tu as pris l'habitude de vivre dans une cellule en désordre, demande-toi alors si cela ne trahit pas quelque peu l'état de ton âme. Ordre extérieur et ordre intérieur s'influencent mutuellement. L'ordre a plus de rapport avec Dieu que tu ne le crois sans doute.
- 5 Ne va pas te coucher le soir sans avoir d'abord mis ta table de travail en ordre. Termine chaque journée comme si ce devait être la dernière. Alors tu pourras, si Dieu te fait cadeau d'un jour nouveau, commencer une vie nouvelle.
- 6 Construis-toi dans ton cœur une cellule intérieure où tu pourras *toujours* rencontrer le Bien-Aimé, même en cas d'absence du monastère. Mais ne te fie pas à ta « cellule intérieure » si tu n'attaches aucune valeur à ta cellule monastique et n'aimes pas y demeurer.
- 7 Sache-le bien : ce qui fait toute la beauté de ta cellule, c'est la sainte pauvreté, l'ordre qui doit régner dans un monastère et le soin que prend d'elle avec amour celui qui l'habite.
- 8 Veille à garder dans ta cellule une attitude corporelle qui soit digne. Pense que tu te trouves en présence de Dieu et des anges.
- 9 Sois toujours occupé à quelque chose dans ta cellule. Fais ce que l'obéissance te prescrit, que ce soit lecture spirituelle, écriture ou travail manuel, et surtout prière.
- 10 Agenouille-toi parfois ou prosterne-toi devant Dieu qui remplit ta cellule de toute sa majesté et de tout son amour.
- 11 Ne quitte pas ta cellule sans raison et, avant de sortir, prie Dieu et Marie de

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

OBÉISSANCE

- 1 Dans le prologue des *Fondations*, notre Mère sainte Thérèse chante les louanges de l'obéissance : « L'expérience m'a montré – et je ne parle pas de tout ce que j'ai lu – combien il est bon qu'une âme ne s'écarte pas de l'obéissance. J'entends par cela l'avancement dans la vertu, et l'apprentissage de l'humilité ; c'est en quoi la crainte est une assurance, car il sied aux mortels de craindre, en cette vie, de manquer le chemin du ciel. C'est dans l'obéissance qu'on trouve la quiétude, tant prisée par les âmes qui désirent contenter Dieu. Si elles ont vraiment résigné leur entendement en faveur de cette sainte obéissance... le démon renonce à les harceler de ses inquiétudes continuelles, voyant bien qu'il y perd plus qu'il n'y gagne ; nos bruyants empressements à faire notre volonté et à assujettir la raison à notre bon plaisir cessent, nous nous rappelons que nous avons résolument (*determinadamente*) remis notre volonté à Dieu, et que nous nous sommes soumis à ceux qui le représentent » (1).
- 2 Notre Père saint Jean de la Croix est tout aussi radical : « Dieu préfère de toi le moindre degré d'obéissance et de soumission à tous les services que tu prétends lui rendre »⁴¹.
- 3 « L'obéissance est à l'âme ce que les ailes sont à l'oiseau », disait la bienheureuse Marie de Jésus Crucifié (1846-1878).
- 4 Notre Règle formule un principe fondamental à propos de l'obéissance due au prier : « Pensez, plutôt qu'à lui, au Christ qui l'a mis au-dessus de vous ». Jean de la Croix précise ce principe dans un texte que tu feras bien de relire de temps en temps : « Regarde toujours en la personne de ton supérieur, quel qu'il soit, Dieu même dont il tient la place... Veille donc avec le plus grand soin à ne pas t'arrêter aux bonnes ou aux mauvaises qualités de ton supérieur, ni à ses manières, ni à sa conduite, ni à sa façon de procéder. Tu en viendrais pour ton malheur à rendre toute humaine une obéissance qui doit être divine, tu te déterminerais à agir ou à n'agir pas d'après ce qu'il y a de visible en ton supérieur, et non à cause du Dieu invisible auquel tu te soumetts en lui. Dès lors ton obéissance serait vaine, et d'autant plus stérile que tu te laisserais soit mal impressionner par le fâcheux caractère de ton supérieur, soit gagner par sa bonté et ses manières attirantes... Si tu n'arrives pas à te surmonter au point qu'il te devienne indifférent, quant à ton goût particulier, d'avoir un supérieur ou un autre, tu ne pourras ni devenir spirituel ni bien observer tes vœux »⁴².

- 5 En lisant le Nouveau Testament, il ne t'échappera pas que toute la vie de Jésus repose sur une obéissance fondamentale. Dès son entrée dans ce monde, il annonce son programme : « Me voici, car c'est de moi qu'il est question dans le rouleau du livre ; je suis venu, ô Dieu, pour faire ta volonté » (He 10, 7). Quand Paul écrit que Jésus s'est abaissé, devenant obéissant jusqu'à la mort (Ph 2, 8), il vient tout juste de dire que nous devons avoir les mêmes sentiments que le Christ Jésus (v. 5). Nous devons être obéissants comme Jésus l'a été. Si Jésus n'avait pas été obéissant jusqu'à la mort, ton obéissance serait dénuée de sens. Mais puisqu'Il a pris le chemin de l'obéissance, ta propre vie, sans elle, n'a pas de sens.
- 6 Jésus Lui-même dit qu'Il fait toujours ce qui plaît au Père (Jn 8, 29). Le nom profondément expressif désignant Jésus dans l'Apocalypse est un résumé de toute sa vie : Il est « l'Amen » (3, 14). Il est un éternel « Oui, Père », et ce n'est que par Lui que nous aussi pouvons dire notre Amen (2 Co 1, 20).
- 7 Apprends donc à toujours dire Amen à Dieu et à reconnaître Sa main dans tout ce qui t'arrive, selon l'avertissement de la Didachè (entre 70 et 90) : « Tu accueilleras les contrariétés qui t'adviennent comme autant de biens, sachant que rien n'arrive sans Dieu » (3). De même, Thérèse de l'Enfant-Jésus écrit au Père Roulland : « Plus que jamais, je comprends que les plus petits événements de notre vie sont conduits par Dieu »⁴³.
- 8 N'oublie pas que le premier et le plus fondamental des actes d'obéissance – acte qui étaye toute autre obéissance – consiste à accueillir sans réserve l'acte créateur de Dieu. Dieu prononce son *fiat* sur toi en t'appelant à l'existence. Il veut que tu existes et tu dis : « Qu'il en soit ainsi ». Quand Dieu a commencé à te créer, ce premier acte d'obéissance était inconscient, mais étant donné que Dieu te crée sans cesse, ta réponse peut devenir de plus en plus consciente. Tu accueilles sans réserve sa « bonne volonté » qui t'appelle à la vie, tu Le remercies pour cette vie et tu t'en réjouis. Cet acte fondamental d'obéissance te permet aussi d'exercer ta liberté fondamentale.
- 9 Jésus avait beau déclarer que sa nourriture était de faire la volonté du Père (Jn 4, 34), cela n'allait pas sans souffrance. Son obéissance l'a en fin de compte littéralement crucifié. Il a réellement appris l'obéissance à l'école de la souffrance (He 5, 8). Ne t'étonne donc pas si l'obéissance te paraît parfois pénible. Le vieil homme en toi l'éprouvera peut-être comme une sorte de mort, mais c'est en fait une mort qui conduit à la vie. Ainsi l'obéissance crucifiante conduit-elle tout droit à l'union avec ton Seigneur crucifié et ressuscité.
- 10 Ne crains pas que l'obéissance restreigne ta liberté. C'est précisément par ton obéissance que tu deviendras libre. On devrait appeler le vœu d'obéissance : vœu de liberté. Tu ne veux pas être plus longtemps esclave de tes désirs égoïstes. Tu veux vivre de l'Esprit, du Saint Esprit qui témoigne avec ton esprit que tu es enfant de Dieu (Rm 8, 16), appelé à la liberté (Ga 5, 13). « Là où est l'Esprit du Seigneur, là est la liberté » (2 Co 3, 17). Et le Concile déclare aussi : « L'obéissance religieuse, loin d'amoinrir la dignité de la personne humaine, l'amène à sa maturité, en développant la liberté des enfants de Dieu »⁴⁴.

- 11 Prie souvent la Sainte Vierge Marie, qui s'appelait elle-même « la servante du Seigneur », de t'apprendre la véritable obéissance. Notre Père saint Jean de la Croix dit d'elle que toutes ses motions venaient de l'Esprit Saint (MC III 2, 10).
- 12 Quand la cloche sonne pour t'appeler à un exercice de communauté, interromps immédiatement tes occupations. Considère que c'est la voix de Dieu qui t'appelle et dis, comme Samuel : « Me voici, puisque tu m'as appelé » (1 S 3, 5).
- 13 Ne sois pas avare de ton obéissance. Ne la limite pas à l'obéissance due à ton supérieur/ta supérieure, mais tends à obéir aussi – bien sûr avec le discernement (*discretio*) recommandé par notre Règle – à tes frères ou sœurs, selon l'incitation de Paul : « Soyez soumis les uns aux autres par égard pour le Christ » (Eph 5, 21). Là où règne le véritable amour, on cherche à rivaliser d'égards les uns pour les autres (Rm 12, 10). Choisis la volonté de l'autre de préférence à la tienne.
- 14 Prends tes propres responsabilités chaque fois que tu demandes une permission. Il n'est pas bon de demander des permissions dont on sait qu'elles ne sont pas nécessaires ou ne vont pas nous faire de bien. N'abuse pas de la bonté ou de la gentillesse de ton supérieur/ta supérieure. Ne te crois pas dispensé de toute responsabilité personnelle parce que tu as reçu la permission de faire quelque chose.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

LES REPAS

- 1 Au Carmel, on découvre la beauté du repas et sa riche signification.
- 2 Nous n'avons que trois repas quotidiens : un petit-déjeuner simple, le repas de midi et un souper léger. Dans le « monde », les repas en commun n'ont plus la cote. On mange à peu près n'importe où et n'importe quand. Au Carmel, il n'est pas permis de manger entre les repas, à moins que la maladie ou la faiblesse ne l'exigent. Cela donne aux repas une structure bien établie.
- 3 Les repas commencent et se terminent par les prières de la table. Sois attentif et recueilli lors de ces prières. Elles t'aident à prendre l'attitude qui convient pendant le repas. Elles évoquent le grand banquet des noces éternelles où tu pourras te rassasier de la face de Dieu (Ps 17, 15), elles t'incitent à faire de ta vie une louange sans fin pour les dons que tu reçois de Lui.
- 4 Le repas peut devenir une seule et grande action de grâce à Dieu pour sa bonté et sa sollicitude pleine d'amour. Ta reconnaissance va aussi à ceux qui ont préparé le repas. Pense à l'amour avec lequel les aliments ont été préparés. Ton repas peut devenir un banquet d'amour où tu reçois de l'amour et où ton propre amour grandit. Spontanément, tu prieras aussi pour tous ceux qui n'ont rien pour calmer leur faim.
- 5 De bien des manières, manger peut devenir prière. Dépendant de la nourriture que tu consommes, tu réalises que tu n'es pas à l'origine de ta vie : tu es une créature totalement dépendante de Dieu. Le repas peut t'introduire plus profondément dans l'union avec Lui.
- 6 Au couvent, le réfectoire, la salle à manger de la communauté, est considéré comme relié au chœur, la chapelle de la communauté. Tous deux sont des lieux saints. De même que l'on ne parle pas au chœur, par respect pour la présence eucharistique de Jésus, de même garde-t-on aussi le silence au réfectoire. Jésus dit que là où deux ou trois sont rassemblés en son nom, Lui-même est au milieu d'eux (Mt 18, 20). Notre repas ne fait qu'un avec le dernier repas de Jésus et de ses disciples, quand Il institua l'Eucharistie.
- 7 Le repas pris ensemble approfondit ta conscience de vivre en communauté avec le Seigneur et avec tes frères ou sœurs. Le repas est une continuation et un prolongement de la communauté que nous formons lors de la messe quotidienne, où nous sommes unis à Jésus et, en Lui, les uns aux autres.
- 8 Ne te dérobe pas aux repas communautaires. Dans toutes les cultures, le repas est un élément d'unification. Veut-on rencontrer quelqu'un ou faire la fête ensemble,

cela se passe pratiquement toujours dans le cadre d'un repas. Même Dieu respecte ce principe. Dans la Bible, le Royaume des Cieux est toujours décrit comme un repas de fête, avec des mets délicieux et du bon vin.

- 9 Ne méprise pas les gestes symboliques qui font partie de notre tradition, comme par exemple baiser le pain au début du repas. Ce petit signe d'amour te fait penser à Jésus qui s'est fait pain pour toi. Il est le pain véritable qui donne la vie. En même temps, ce baiser est un geste de reconnaissance envers Dieu qui, dans et par ce pain, nourrit ton corps. Comme nourriture de base, ce pain représente toute nourriture humaine.
- 10 Nous gardons le silence pendant les repas, ce qui nous rend encore plus conscients du caractère sacré du repas. Sois reconnaissant pour cette atmosphère et tâche d'y contribuer toi-même. Évite les raclements et tintements de cuiller ou de fourchette contre ton assiette. Le silence doit aussi concerner tes yeux. Ne regarde donc pas continuellement autour de toi. Pense que, ayant une vocation d'ermite, tu n'as pas à te préoccuper de ce que mangent tes sœurs ou tes frères ni comment ils mangent, ce qui n'exclut pas d'être discrètement attentif aux besoins de ton voisin de table.
- 11 Pendant les repas de midi et du soir, on lit à haute voix un livre de spiritualité. Dans certains couvents, la coutume veut que l'on écoute d'abord, avant de commencer le service, quelques versets de la Sainte Écriture. Cela nous rappelle que la Parole de Dieu est première. Tu ne vis pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu (Mt 4,4).
- 12 Manger ne doit pas t'absorber au point de ne pouvoir accueillir ni assimiler la nourriture spirituelle que t'offre la lecture.
- 13 Veille à bien te tenir à table, mange avec dignité. N'oublie pas que tu es assis à la table du Roi.
- 14 Dans notre Règle, nous lisons que celui qui ne veut pas travailler, ne doit pas manger non plus. On pourrait dire aussi : celui qui ne mange pas ne peut pas travailler. Au Carmel, les travaux fatigants ne manquent pas. Mange donc suffisamment afin d'être capable d'assumer tant les tâches physiques que les exercices spirituels.
- 15 Nous savons maintenant mieux qu'autrefois ce qui est profitable à notre corps et ce qui lui est nuisible. L'attitude juste dans le domaine de la nourriture consiste à manger ce qui sustente le corps et en fait un instrument sensible au service de l'esprit. De mauvaises habitudes alimentaires troublent l'ordre naturel de l'organisme et ce qui satisfait le corps à court terme risque donc de lui nuire à plus long terme. Le corps se comporte souvent comme un enfant gâté ayant appris à aimer des choses qui en fait ne lui font pas de bien. Il y a là amplement matière à pratiquer l'ascèse : au lieu de céder aux caprices de ton corps, éduque-le et aide-le à retrouver ses réactions naturelles et saines.
- 16 Garde-toi cependant d'un souci excessif de ton corps. Cette dernière situation est alors pire que la première. Entre ces deux extrêmes – négliger complètement le corps ou en faire le centre de l'intérêt – il faut trouver un juste milieu : donner à

son corps ce dont il a besoin pour qu'il devienne un serviteur docile et approprié.

- 17 Sois reconnaissant de pouvoir vivre dans un couvent où certains sont chargés de préparer pour toute la communauté une alimentation saine et nourrissante. Ne demande pas de plats spéciaux si tu n'en as pas vraiment besoin, mais contente-toi de ce qui est servi à tous. Prends tout avec reconnaissance.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

(Conférences données aux Etats-Unis en 1935).

⁹ Lettre du 16 juillet 1906.

¹⁰ *Lumen Gentium* 56.

¹¹ 15 H.M. ManTeau-BonaMy OP, *La doctrine mariale du Père Kolbe*, Lethielleux, Paris, 1975, p. 68.

¹² *La grandeur de notre vocation*, 10.

¹³ Lettre du 14 septembre 1902.

¹⁴ *Carnet Jaune* – 11 juillet, 2.

¹⁵ *Ibid.* – 19 août, 1.

¹⁶ Concile Vatican II, *Constitution sur l'Église (Lumen Gentium)*, 11.

¹⁷ Lettre aux Romains, 2.

¹⁸ Prière Eucharistique III.

¹⁹ Lettre du 9 juin 1897.

²⁰ Au Carmel, l'hebdomadier est la sœur ou le frère qui préside l'office.

²¹ Lettre 384 à Don Sancho Davila, 9 octobre 1581.

²² Concile Vatican II, *Constitution Dogmatique sur la Révélation Divine (Dei Verbum)*, 25.

²³ Lettre aux Éphésiens, 15.

²⁴ *Introductio in terram Carmeli*, ed. Wessels, p. 151.

²⁵ Témoignage de Maria de la Madre de Dios, dans *Biblioteca mistica carmelitana*, vol. 14, p. 36.

²⁶ Lettre du 11 septembre 1906.

²⁷ Peut-être inspiré par Sœur Marie-Angélique de Jésus (qui s'appelait elle-même Flamme de joie, 1893-1919) : « Au fond de mon âme, il y a quelque chose qui chante toujours, un Magnificat qui ne cesse jamais ».

²⁸ *Maximes*, 78.

²⁹ *Ibid.*, 117.

³⁰ *Ibid.*, 130.

³¹ Lettre 22, 22 novembre 1587.

³² *Maximes*, 98.

³³ Lettre à Germaine de Gemeaux, 7 octobre 1902.

³⁴ Lettre du 10 octobre 1901.

³⁵ Lettre au Chanoine Angles, 14-16 août 1904.

³⁶ Jean de La Croix, *Maximes*, 77.

- 37 *Maximes*, 142.
- 38 *Faveurs de Dieu*, 6/6/1579.
- 39 « Dits de lumière et d'amour », a 25.
- 40 Lettre du 24 décembre 1896, p. 567.
- 41 *Maximes*, 13.
- 42 *Deuxième Précaution contre le démon*.
- 43 Lettre du 1^{er} novembre 1896.
- 44 Concile Vatican II, Décret pour le renouveau adapté de la vie religieuse (*Perfectae Caritatis*), 14.
- 45 « Première Précaution contre le monde ».
- 46 *Somme Théologique*, Ia q. 93 a. 6 ad 3um.
- 47 *Contra Celsum* VIII, 22.
- 48 sT augustin, *Confessions*, XIII, 51.
- 49 *Enchiridion Indulgentiarum* 8.
- 50 Lettre de Barnabé, 19, 6.
- 51 Bulle *Umbratilem* aux Chartreux, 1924.
- 52 Lettre du 15 août 1892.
- 53 *Angelus*, 18 novembre 2007.
- 54 Allocution de Sœur Birgitta de la Trinité, prieure du Carmel de Glumslöv (Suède), lors d'un renouvellement des vœux.

TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos

Introduction : L'esprit du Carmel

Appelés à la contemplation

Thérèse et Jean se complètent

La tradition primitive

Radicalisation de la vie de prière

LA VIE AU CARMEL

Oraison et contemplation

Sécheresse et acédie

Marie au Carmel

L'Eucharistie

La liturgie des heures

La lecture spirituelle

Lectio divina

Vivre en présence de Dieu

L'examen de conscience

La confession

Le silence

La solitude

La cellule

La clôture

En cas de sortie

Le renoncement à soi-même

Virginité

Pauvreté

Obéissance

La vie communautaire

La récréation

L'amour du prochain

Le travail	
L'ordre	
Notre corps	
Les repas	
Le jeûne	
Le dimanche	
La retraite	
Liturgie matinale personnelle	
Avant d'aller se coucher	
En cas de maladie	
Le rôle apostolique du Carmel dans l'église et dans le monde	
Épilogue	
Table des matières	