

**1221-1274 – Bonaventura – Exercices Spirituels.**

**EXERCICES SPIRITUELS.**

OEUVRES SPIRITUELLES  
DE  
S. BONAVENTURE

De l'Ordre des Frères Mineurs, Cardinal-Évêque d'Albane,

TRADUITES  
PAR M. L'ABBÉ BERTHAUMIER,  
CURÉ DE SAINT-PALLAIS.

TOME DEUXIÈME

PARIS.  
LOUIS VIVÈS, LIBRAIRE - ÉDITEUR,  
RUE CASSETTE, 23  
1854.

Beaugency. Imprimerie de GASNIER

## EXERCICES SPIRITUELS.

Si vous voulez vous conserver dans la vertu, il vous faut avoir des exercices spirituels afin d'occuper votre esprit, autrement vous ne sauriez vous promettre la persévérance.

### 1.1 I.

Exercez-vous d'abord à la prière ainsi qu'il suit, quant au temps et à la manière. Au commencement de toute action et de tout travail vous invoquerez le Seigneur et vous lui adresserez cette courte invocation: *O mon Dieu! venez à mon secours. Ayez pitié de moi, mon Dieu!* ou autre semblable. Vous prierez encore lorsque vous entendrez sonner la cloche ou l'horloge; mais contentez-vous de le faire intérieurement et avec ferveur, de façon que vous trouvant avec les autres, ils ne s'en aperçoivent pas.

### 1.2 II.

Secondement, toutes les fois que la cloche sonnera, formez en général, mais de tout votre coeur, la résolution de vous corriger de vos fautes, et ajoutez-y une courte prière de la durée d'un *Notre Père*.  
Avant toute action considérable pensez un peu

488

comment, dans vos résolutions, vous vous étiez proposé d'agir.

Ayez toujours soin le matin d'arrêter comment vous voulez vous conduire durant tout le jour; et ensuite avant chaque action extérieure et durant cette action, vous vous rappellerez brièvement vos résolutions.

De même trois ou quatre fois le jour, renouvelez de tout votre coeur vos bonnes dispositions contre le péché d'orgueil.

### 1.3 III.

Votre troisième exercice consistera à avoir quelque sujet particulier pour occuper votre pensée dans le temps libre. Vous en aurez un spécial pour chaque jour; vous vous en occuperez souvent et vous y reviendrez de temps à autre.

Le dimanche, pensez au royaume des cieux.

Le lundi, au jugement dernier.

Le mardi, aux bienfaits de Dieu.

Le mercredi, à la mort.

Le jeudi, aux peines de l'enfer.

Le vendredi, à la Passion du Seigneur.

Le samedi, à la bienheureuse Vierge, notre souveraine, et à vos péchés.

Cependant unissez chaque jour la Passion du Seigneur et le souvenir des bienfaits de Dieu au sujet ordinaire de la journée. Et à chacune des heures, comme matines, prime, tierce, etc., aimez à vous rappeler ce que le Seigneur souffrit à cette heure,

489

après avoir pensé brièvement à votre sujet ordinaire. J'ai l'espérance qu'en méditant et en agissant de la sorte, vous passerez votre temps d'une manière convenable.

### 1.4 IV.

Exercez-vous chaque jour à des oeuvres d'humilité et d'abjection, comme de choisir toujours la dernière place, de vous mépriser vous-même du fond du coeur, de vous estimer indigne des louanges de qui que ce soit, et de tout

renvoyer à Dieu. Soit qu'on vous loue, soit qu'on vous blâme, ne vous en inquiétez pas; considérez-vous vous-même, et vous trouverez que vous ne méritez aucun éloge; que vous êtes, au contraire, vraiment digne de tout opprobre. Et lorsque vous serez avec les autres, demeurez silencieux, modeste et plein de douceur, sans cependant sortir des limites convenables.

**1.5 V.**

Evitez tout ce qui est un signe d'orgueil, comme de crier trop haut en parlant, et autres choses semblables.

**1.6 VI.**

Considérez souvent en quelles fautes vous tombez dans vos diverses actions, et ne souffrez pas que le désordre le plus léger passe inaperçu et sans réprobation; car celui qui ne fait aucun cas des petites choses, tombe souvent en de plus grandes.

490

**1.7 VII.**

Veillez avec un soin tout particulier à la garde de vos yeux en quelque lieu que vous soyez, car la négligence en ce point entraîne des maux infinis. Gardez-les donc par-dessus tout.

**1.8 VIII.**

Considérez les actions des autres, soit bonnes, soit mauvaises. Lorsque vous verrez quelqu'un commettre le péché, vous penserez que si Dieu lui accordait une grâce aussi grande qu'à vous, il se corrigerait avec beaucoup plus de ferveur que vous ne le faites. Lorsque, au contraire, une bonne action viendra frapper vos regards, vous examinerez comment vous pouvez l'imiter.

**1.9 IX.**

Tout ce que vous verrez et entendrez chez les autres, interprétez-le en bonne part; de la sorte vous ne ferez aucun jugement téméraire.

**1.10 X.**

En quelque lieu que vous soyez, conservez un extérieur modeste et bien réglé, pour ne point donner aux autres de mauvais exemple; car un extérieur désordonné est l'indice d'une âme sans piété.

**1.11 XI.**

Ayez soin aussi de ne jamais rien faire, nulle part,

491

qui puisse être une occasion de scandale ou inspirer des soupçons peu avantageux; car le mauvais exemple est toujours bien dangereux.

#### 1.12 XII.

Résistez courageusement aux tentations; abstenez-vous des choses de la chair et rejetez-les bien loin, car le salut ne saurait se trouver en de semblables choses.

#### 1.13 XIII.

Enfin, soyez toujours dans la crainte; conservez-vous dans la plus grande modestie, et agissez lorsque vous êtes seul comme vous feriez en présence des autres; car Dieu est témoin de toutes vos actions.

Vous vous appliquerez à pratiquer en général ces exercices, autant que vous le pourrez; et vous prierez instamment le Seigneur de vouloir bien vous donner la grâce dont vous avez besoin pour cela, car sans lui vous ne pouvez rien faire.

\* Je passerai donc de ce qui est extérieur aux choses intérieures, et des choses intérieures je m'élèverai à celles qui sont au-dessus de moi, afin de connaître d'où je viens et où je vais. Je me demanderai ce que je suis et quelle est mon origine, afin d'arriver par la connaissance de moi-même à la connaissance de Dieu; car plus j'avancerai dans ma

\* Tout ce passage est tiré en grande partie du petit livre intitulé: *Méditations de saint Bernard*.

492

propre connaissance, plus je m'approcherai de celle de Dieu. Quelle est mon origine? Selon l'homme extérieur je viens de ceux qui m'ont donné la vie; j'étais condamné avant que d'être montré au jour. Pécheurs eux-mêmes, mes parents m'ont engendré dans le péché, et coupable comme eux, ils m'ont nourri de leur péché. Que suis-je? Un homme formé d'une vile boue. J'ai été conçu, comme le reste des mortels, de la substance de l'homme; bientôt cette substance, prenant des accroissements successifs, s'est changée en chair; ensuite j'ai paru en l'exil de ce monde au milieu des larmes et des gémissements; et devenu plus grand, je me suis trouvé rempli d'iniquités. Maintenant je vais me présenter devant le Juge sévère, et il dira de moi: *Voici l'homme et ses oeuvres*. — Méditez toutes ces choses le plus profondément possible.