NOUVELLE REVUE THÉOLOGIQUE

59 Nº 9 1932

Pour consoler et guérir les scrupuleux (1)

I.L. DUFFNER

p. 804 - 814

https://www.nrt.be/en/articles/pour-consoler-et-guerir-les-scrupuleux-1-3424

Tous droits réservés. © Nouvelle revue théologique 2026

Pour consoler et guérir les scrupuleux

I

Raison d'être de ces pages; leur but

De toutes les souffrances, les plus douloureuses sont sans contredit les peines morales. Parmi elles, il n'en est pas de plus accablante et de plus déprimante tout à la fois que le scrupule, cette maladie de l'âme faite d'incertitude en matière de conscience et d'une crainte angoissante de pécher ou d'être en état de péché. Comment pourrait-il en être autrement? L'homme n'a pas de trésor plus précieux que la vie surnaturelle, cette participation mystérieuse à la vie même de Dieu, ici-bas par la grâce sanctifiante, puis au ciel par la vision béatifique. Qui donc, ayant la foi, pourrait demeurer insensible devant le péril réel ou supposé tel, de perdre un si grand bien?

Dans l'incertitude et la crainte continuelle où elles se trouvent, les personnes scrupuleuses souffrent atrocement. Aussi méritent-elles compassion et intérêt. N'ayons pas la cruauté de rire de leurs tourments. Si elles souffrent si douloureusement, ce n'est pas leur faute; ce n'est pas toujours, tant s'en faut, parce que pleines d'orgueil elles s'obstinent dans leurs propres idées. Affirmer cela serait aussi peu charitable qu'inexact. Le scrupuleux veut arriver à la certitude morale, qui est le fait de toute conscience normale, à ce sentiment de repos et de paix qui résulte de la conviction du devoir accompli. C'est à cette fin qu'il s'analyse et raisonne à perte de vue, qu'il s'impose des démarches et des aveux parfois très pénibles et humiliants. Le but qu'il se propose est louable, et les moyens qu'il met en œuvre pour l'atteindre dénotent une énergie et une ténacité bien souvent dignes d'éloge.

Mais ce sentiment de certitude qu'il veut atteindre — c'est son droit et même son devoir d'y tendre — il ne peut le réaliser, quoi qu'il fasse. Cet insuccès fatal est une conséquence de sa maladie, que, dans son magistral ouvrage, *Obsession et Scrupule*,

(Paris, 1922), p. 209, le P. Eymieu définit : « *Une improportion entre la tension vitale disponible et la difficulté de l'acte à réussir* ». Plus il fait d'efforts pour y parvenir, plus son mal augmente. « *Tous les efforts du malade pour se débarrasser de ses doutes non seulement demeurent stériles, mais ne font qu'aggraver le mal* ». (*Ouvr. cité*, p. 37; *comp. pp.* 61, 224).

Quand, averti de son état anormal, le scrupuleux s'obstine à vouloir arriver à la certitude par une voie différente de celle que lui trace son guide spirituel, alors seulement il se comporte en orgueilleux entêté; alors seulement il devient blâmable. Auparavant non, mille fois non ! Prétendre le contraire, ce serait ignorer ou méconnaître la vraie nature du mal dont souffre cette pauvre âme.

Sait-on toujours donner aux personnes scrupuleuses une notion exacte de leur mal ? Sait-on leur montrer avec clarté et précision la voie à suivre pour mettre ordre dans leur conscience morale et parvenir à la conviction si légitime du devoir accompli et par le fait même leur permettre de jouir de la paix de l'âme ? (1). Hélas ! selon la remarque du P. Eymieu, la maladie du scrupule est assez compliquée pour que les confesseurs comme les médecins soient excusables de ne point la connaître à fond sans l'avoir étudiée; mais l'étude qu'ils en feront les consolera largement de son aridité par ses résultats (2).

Nous ne l'ignorons pas, d'excellentes études ont été publiées sur le scrupule et sur les moyens de le combattre. Nous avons cité celle du P. Eymieu. Signalons encore : *Direction de conscience et Psychothérapie des troubles nerveux* par l'Abbé Arnaud d'Agnel et le Docteur d'Espiney (Paris, 1922); *Le Scrupule* par l'Abbé Arnaud d'Agnel (Paris, 1929); *Le Guide des nerveux et des scrupuleux* du Père Raymond, O. P. (Paris, 1926);

(1) « Pourquoi donc, s'écrie H. tous ne donnent-ils pas cette règle si simple et si efficace — la seule qui m'ait guéri, la seule qui puisse guérir : « *Tant que vous n'êtes pas sûr comme* 2 + 2 *font* 4 »... — Pendant plus de trois ans, mes confesseurs ont poussé des exclamations : « Mais il ne faut pas avoir peur ! Mais il faut avoir confiance ! » « En voilà un traitement ! » P. EYMIEU, *o. c.*, p. 269.

(2) P. EYMIEU, ibid., p. 269.

L'Ange conducteur des âmes scrupuleuses par le P. Dubois, S. I. ; (Paris, 1905). *Les âmes scrupuleuses consolées* par le P. Patrick Gearon, O. C.; (Paris, 1930), etc. Tous ces ouvrages sont de grande valeur et ont leur mérite respectif.

Néanmoins, il reste possible, nous semble-t-il, de rendre un précieux service aux scrupuleux et à leurs directeurs en leur offrant un travail plus succinct; plus direct, plus immédiatement pratique du point de vue spécial de la *direction de conscience*. C'est le but de ces modestes pages.

Nous ne prétendons pas, en les publiant, renouveler un sujet traité par les maîtres que nous venons de citer; nous voudrions seulement mettre en relief et formuler plus nettement les règles classiques que l'expérience nous a indiquées comme essentielles. Pour rendre notre exposé plus pratique, *nous nous adressons directement au scrupuleux lui-même*; cela nous amènera parfois à insister sur certaines vérités bien connues, mais qu'en fait le scrupuleux perd de vue et qu'il faut lui rappeler sans cesse; nos confrères dans le sacerdoce pourront, nous l'espérons, trouver ici ce qu'ils diront utilement aux scrupuleux qu'ils dirigent.

II

Non scrupuleux et scrupuleux.

Dieu a créé l'homme libre. Aussi lui seul est-il en droit de restreindre notre liberté. Il le fait soit par *sa volonté de précepte* par laquelle il nous défend ou, au contraire, nous impose certains actes précis et déterminés, soit par *sa volonté de souhait* par laquelle il nous invite à des œuvres qui lui sont agréables. Quiconque viole *sciemment* et *volontairement* ses préceptes se rend coupable de faute; quiconque néglige seulement ses conseils se rend simplement moins louable : ses œuvres sont moins dignes de récompense.

De plus, pour que notre liberté soit réellement engagée, il faut que la volonté de Dieu, volonté de précepte ou de conseil, soit connue de nous avec certitude. « *Loi douteuse, loi nulle* » enseigne un principe fondamental de la morale chrétienne. « Il n'y a pas

d'obligation morale parfaite, si la volonté divine, qui est le principe de l'obligation, n'est pas connue comme telle » (1).

Or, Dieu nous manifeste sa volonté tantôt par la voix de la conscience dirigée par les lumières de la révélation, par les inspirations de la grâce, par les principes de la raison, tantôt par l'autorité constituée, tantôt par les événements providentiels, heureux ou malheureux, qu'il dispose ou qu'il permet. Dès que, de l'une ou l'autre de ces façons, Dieu exprime sa volonté, nous savons avec certitude ce qu'il veut ou désire de nous. Alors, mais alors seulement, notre liberté est engagée et notre strict devoir est de nous conformer à son adorable volonté.

C'est pourquoi les idées de bien, de mieux ou de plus parfait à réaliser, celles de mal grave ou léger, celles d'imperfection à éviter n'ont pas de sens *si elles ne signifient pas la manifestation certaine de la volonté de Dieu sur nous*. Or il arrive que notre propre imagination ou que le démon, se transformant en ange de lumière, nous harcèlent, sous prétexte de bien ou de mieux, par toutes sortes de pensées portant sur des devoirs non réels ou des œuvres de perfection non voulues de Dieu, de manière à fatiguer les âmes de bonne volonté et leur rendre finalement toute vie spirituelle impossible. C'est là un danger contre lequel tous doivent être mis en garde.

De nos jours, en effet, plus qu'autrefois, par suite de l'affaiblissement général des santés, nombreuses sont les personnes exposées à prendre pour guide de leur vie morale non pas la claire lumière de la certitude, mais leurs propres doutes et les impressions de crainte de leur sensibilité maladive. Chez elles, même, ces doutes et ces impressions sont d'autant plus nombreux que leur état psychophysiologique est plus fragile et leur bonne volonté plus grande.

Si ces personnes ne se tranquillisent qu'en obéissant à leurs impressions de crainte, en suivant ce qu'elles croient être le parti le plus sûr, c'est-à-dire le plus conforme à la loi et le plus con-

(1) Cf. un excellent commentaire de ce principe dans le manuel d'Ethique du P. Nivard, s. I., thèse XXI (Paris, 1929). L'*Ami du Clergé*, 1929, p. 398 et à plusieurs reprises, s'est efforcé de promouvoir ce même principe.

traire à leur liberté, elles sont atteintes d'une maladie d'âme qu'on appelle le scrupule.

Il est peu de personnes adonnées à la vie spirituelle qui échappent totalement à cette épreuve. Des hommes très intelligents, des saints tels que saint Ignace de Loyola, saint François de Sales, saint Alphonse de Liguori ont passé par des crises pénibles de scrupules.

III

Nature et objet du scrupule. Nécessité d'un traitement approprié.

Remarquons tout d'abord que Dieu et le démon peuvent être cause du scrupule mais d'une manière diverse et dans un but tout différent. Dieu, en privant de sa lumière divine qui permet de discerner clairement le bien du mal. Quand Dieu agit ainsi c'est surtout pour éprouver et purifier l'âme. Le démon, au contraire, suscite des imaginations propres à agiter l'âme, afin d'empêcher l'épanouissement normal de sa vie intérieure.

Cependant d'ordinaire le scrupule a une origine d'ordre naturel. On peut être sujet à cette maladie, soit par une disposition morbide du tempérament (scrupuleux constitutionnel), soit par suite d'une fatigue passagère (scrupuleux occasionnel).

Ces trois causes peuvent se rencontrer à la fois dans certains cas de scrupule.

Trois choses sont d'ailleurs au fond de tout scrupule :

1° *Un manque non pas de volonté mais de force, une insuffisance de vigueur, de ressort pour atteindre dans les questions d'ordre moral au sentiment de certitude qui est le fait de toute conscience normale.* Ainsi, tandis que la conscience normale enregistre et retient d'une manière ferme et sûre les faits de sa vie morale, celle du scrupuleux, absolument incapable de cette précision, le fait imparfaitement, ou, quand elle réussit à le faire complètement, souvent ne jouit que d'un état de certitude éphémère : ce qui, à un moment donné, était pour elle certain, devient bientôt incertain. Et il

en est ainsi quelles que soient son application et sa bonne volonté.

Privé du repos et de la satisfaction que procure le sentiment de certitude, le scrupuleux éprouve un sentiment d'inachèvement, d'infériorité et de malaise moral et il en souffre intimement. Cette incapacité de saisir la certitude et par là de voir les choses sous leur vrai jour est l'élément essentiel du scrupule.

2° *Un doute dans l'esprit* concernant la moralité de ses actes; et, si ce doute est fréquent, un état quasi habituel de trouble et d'inquiétude. Ce doute devient une vraie torture d'âme, puisqu'il atteint les intérêts les plus sacrés de l'homme : sa vie morale et surnaturelle.

3° *Une impression involontaire et déraisonnable, tenace et douloureuse de crainte*, une angoisse profonde, *dans la partie animale et sensible de l'âme*, dont il ne peut se libérer. Rien n'intéresse l'homme davantage que sa vie morale; l'incertitude, (surtout quand elle est fréquente), au sujet de la valeur morale de ses actes, ne peut pas ne pas produire dans la *sensibilité*, par voie de répercussion, une impression pénible de crainte. Et de ce point de vue la peur causée par le scrupule présente un aspect raisonnable.

Mais voici où se révèle son caractère déraisonnable et maladif. Cette peur est *si vive* qu'elle rompt en quelque sorte l'équilibre des facultés, exalte et congestionne l'imagination aux dépens de la raison, produit une sorte d'affolement dans la conscience, trouble le jugement, rend très difficile au scrupuleux une sage appréciation des choses morales et lui fait même voir des obligations et des péchés là où d'autres personnes, d'ailleurs intelligentes et de conscience délicate, ne voient aucun mal.

Elle est *si spontanée* qu'elle se produit subitement, en coup de foudre, malgré la volonté, parfois à la seule pensée du péché; *si tenace* que les raisonnements les mieux établis ne peuvent la faire disparaître; *si douloureuse* enfin, que, pour s'en libérer et aussi dans l'espoir d'arriver à la certitude, *à la conscience du devoir accompli*, le scrupuleux se condamne souvent — nous devons le redire — à des démarches et à des aveux extrêmement pénibles et humiliants. De là sa tendance générale à obéir à ses folles craintes et à suivre ce qu'il croit être le parti le plus sûr. De là

encore ses examens sans fin pour se rendre compte jusqu'à quel point il a offensé Dieu, ses exagérations sur la gravité et le nombre de ses fautes, ses confessions fréquentes et interminables, son besoin bien connu (signe évident de scrupule) de répéter prières, pénitences de confession, audition de la messe les jours de précepte, de revenir sur les confessions et les péchés passés, sur des choses déjà dites ou entendues, etc.

Des observateurs superficiels verront en tout cela un manque de confiance en Dieu, de l'opiniâtreté dans le jugement propre, voire même la recherche d'une subtile satisfaction prise à des examens sans fin et à des entrevues interminables au confessionnal. Erreur! Le défaut de certitude dans des questions de conscience est un vrai tourment pour une âme de bonne volonté, et le but du scrupuleux dans ses examens et ses démarches est avant tout d'obéir au besoin le plus impérieux de son être : *trouver la paix du cœur, atteindre la certitude du devoir accompli.* Malheureusement cette certitude lui échappe d'autant plus qu'il fait plus d'efforts pour l'étreindre. L'impuissance du scrupuleux, comme de tout obsédé, — car comme le montre le P. Eymieu, le scrupule est une obsession et une phobie en matière de conscience morale, — ne provient pas d'un manque de volonté, mais d'une vraie *insuffisance de force, de tension vitale.*

Veut-on un exemple où l'on découvre sans peine ce triple caractère du scrupule? Nous l'emprunterons au remarquable opuscule du P. Dubois, s. I. : *L'Ange Conducteur des âmes scrupuleuses*, p. 5 : « Un dimanche matin, au sortir de l'église, deux chrétiens craignent de ne pas avoir satisfait au précepte de la messe à cause des nombreuses distractions dont ils ont été assaillis. Un sage directeur après les avoir dûment écoutés l'un et l'autre les rassure de son mieux. Mais l'un des deux seulement reste pleinement tranquillisé. L'autre, au contraire, demeure troublé, souffre des nerfs et sent une démangeaison presque irrésistible de chercher une nouvelle sûreté, soit en questionnant encore, soit en assistant à une deuxième messe. Le premier de ces chrée tiens n'a eu qu'un scrupule (un doute) *intellectuel* (qui se dissipdès qu'une réponse autorisée a été donnée), la crainte inoffensive

d'une âme droite; le second a une *crainte pernicieuse*, qui remue ses passions, une vraie crainte de scrupuleux » c'est-à-dire non pas seulement un doute *intellectuel*, mais un doute *compliqué d'une impression tenace et douloureuse de crainte causée elle-même par l'impuissance vitale d'arriver au sentiment de certitude.*

Ce qui fait toute la force du scrupule c'est avant tout cette impuissance vitale à saisir la certitude. C'est une vraie maladie de l'âme, « *une manière de sentir et de juger qui n'est pas normale, une suspension ou privation de jugement en matière de conscience* ». (P. Desurmont).

On dirait, d'après l'heureuse comparaison du P. Gearon, que chez lui le regard de l'âme est intercepté par ce que l'on pourrait appeler des lunettes noires, ou tout au moins brouillées, qui font que le scrupuleux voit noir ou trouble et qu'il en tombe dans une grande tristesse : *il voit donc moralement de travers.* « Un scrupuleux, dit Scaramelli, ressemble à un cheval ombrageux qui s'effraie de l'ombre d'un arbre ou d'une pierre, comme si c'était un lion ou un tigre, et qui expose ainsi tout l'attelage au plus grand danger. Le scrupuleux se figure également des dangers où il n'y en a pas et tombe alors facilement dans la désobéissance et le péché ».

Le scrupule peut être universel, c'est-à-dire porter sur toutes sortes de sujets ou s'attaquer seulement à des sujets particuliers : les confessions passées, les mauvaises pensées, la charité... On pourra même n'être scrupuleux que dans un cas donné tout à fait passager, quelle qu'en soit la cause. Mais l'épreuve sera là. Et l'expérience prouve que, si le mal n'est pas vigoureusement combattu, il nuit grandement au progrès de la vie intérieure et peut ruiner la santé corporelle elle-même.

Une infirmité à la fois si dangereuse et si douloureuse pour l'âme réclame des soins sérieux; nous pensons rendre service aux âmes scrupuleuses en exposant dans les deux paragraphes qui vont suivre le traitement qui convient le mieux à ces malades; il est de nature, pensons-nous, à produire l'entière guérison des scrupuleux *occasionnels* et une guérison relative mais suffisante des scrupuleux *constitutionnels.*

IV

Traitement général ou hygiénique.

Avec l'auteur de *L'Ange conducteur*, nous distinguons le traitement général ou hygiénique et le traitement spécial ou proprement dit, comme pour les maladies corporelles.

Quatre prescriptions peuvent résumer le traitement général ou hygiénique. Elles sont applicables à tout instant et importent grandement au succès du traitement spécial dont il sera question plus loin.

1° La prière. Le scrupule est une tentation redoutable pour le salut. Or, dans toute tentation sérieuse la prière est nécessaire. Le scrupuleux fera donc bien, comme tout bon chrétien du reste, de faire chaque jour un minimum de prières : prières du matin et du soir, au moins une ou deux dizaines du chapelet, des oraisons jaculatoires plusieurs fois dans la journée surtout dans les moments de sérieuse difficulté.

Il est en outre très salutaire, surtout dans la maladie, de savoir s'oublier pour penser aux autres : qu'une dizaine de notre chapelet soit pour nos parents, nos amis, nos bienfaiteurs, pour le salut des mourants de la journée et le soulagement des âmes du Purgatoire.

2° La haine générale du péché. Comme la prière et pour le même motif, elle est indispensable. Veillez sur la pureté de votre conscience. L'insouciance spirituelle engendre des fautes sans nombre et « rien ne suscite les fausses craintes d'avoir péché comme l'habitude de pécher souvent » (P. Dubois).

En témoignage du grand désir que vous avez de garder votre âme pure de toute faute, *faites chaque matin une protestation générale de bonne volonté*, qui renferme un désaveu de toute tentation et de tout péché, et une intention de réparation et d'amour de Dieu.

3° Combattez toujours énergiquement la tristesse et « chassez-la loin de vous, car elle n'offre aucun avantage », nous assure l'Esprit-Saint (*Eccli.*, 30 : 25). Au contraire, « elle nuit au

cœur de l'homme » (*Prov.*, 25 : 20) et est ainsi la mère de beaucoup de maux. « La tristesse fait venir la mort, et le chagrin du cœur abat toute vigueur » (*Eccli.*, 38 : 19).

Pour la vaincre évitez les lectures, les sermons, les réflexions, qui pourraient vous décourager et ne pensez qu'à ce qui peut vous inspirer une sainte joie et de la confiance. C'est le désir formel de Dieu : « *Réjouissez-vous dans le Seigneur* TOUJOURS, *je vous le répète, réjouissez-vous* » (*Phil.* 4 : 4). « *Ne craignez pas, c'est moi* », (Matth. 14 : 27). « *Ayez confiance, j'ai vaincu le monde* » (Jean, 16 : 33). Recherchez la conversation des personnes vraiment pieuses, de bon sens, optimistes et surnaturellement joyeuses. La saine joie est un tonique moral incomparable dont l'heureuse influence s'étend jusqu'au corps lui-même.

Quand un scrupule vous trouble, au lieu de vous arrêter volontairement et d'examiner votre conscience, détournez votre attention et produisez joyeusement et paisiblement un acte de confiance et d'amour de Dieu. Du reste, faites souvent des actes d'amour de Dieu : il n'y a rien de plus nécessaire, de plus grand, de plus efficace et de plus précieux au monde. La valeur d'une œuvre se mesure au degré d'amour de Dieu qui l'anime; notre gloire au ciel correspondra au degré d'amour divin que nous aurons eu sur terre. Par amour pour Dieu ayez aussi le courage de vous occuper toujours utilement, vous appliquant à l'action du moment, *à elle seule*, plus encore qu'à elle toute entière.

4° ENFIN SOIGNEZ VOTRE SANTÉ. Dans vos fatigues de tête ne pensez à rien, car il vaut mieux ne penser à rien que de penser des riens ou des sottises (P. Eymieu (1)), distrayez-vous agréablement, livrez-vous à des travaux manuels modérés, à des exercices physiques...

Le scrupule, avons-nous déjà dit, est une obsession et une phobie en matière de conscience morale. Or tous les obsédés et tous ceux qui sont sujets à des phobies souffrent plus ou moins des nerfs. Aussi dans le traitement de leur maladie est-il important qu'ils observent l'hygiène des nerveux dans l'alimentation, la

(1) Cf. ouvrage cité, p. 301.

boisson, les occupations, etc. A ce point de vue spécial, outre ses autres mérites, le remarquable livre du P. Gearon : *Les âmes scrupuleuses consolées*, peut rendre de précieux services. Il est enfin à conseiller dans certains états de dépression de consulter un docteur consciencieux. Nul doute que des toniques peuvent rendre de grands services et contribuer au relèvement de la tension vitale.

Ces diverses prescriptions générales ne sont en somme qu'une application particulière de règles générales dont l'observation est recommandée à tout chrétien. Aussi pour les observer n'est-il besoin de l'autorisation de personne. Il en sera autrement des *règles particulières* qui constituent le traitement spécifique du scrupule et qui vont faire l'objet du prochain article.

(A suivre)

I. L. DUFFNER, M. S. C.
Fribourg, Suisse.