NOUVELLE REVUE THÉOLOGIQUE

70 Nº 9 1948

La psychologie des Exercices

Georges DIRKS

p. 946 - 962

https://www.nrt.be/es/articulos/la-psychologie-des-exercices-2816

Tous droits réservés. © Nouvelle revue théologique 2026

LA PSYCHOLOGIE DES EXERCICES

I. LA PSYCHOLOGIE DES ANNOTATIONS

Saint Ignace psychologue ? Qu'est-ce à dire ? Nous voulons dire que, dans ses *Exercices,* Ignace de Loyola fait preuve d'une connaissance peu banale de l'âme humaine et que cette connaissance n'est pas seulement théorique. S'il sait bien comment cette âme est habituellement disposée, il sait aussi comment il la faut manœuvrer pour l'amener à des dispositions très différentes. C'est beaucoup.

De cette perspicacité psychologique, voici le premier trait. Il est d'une importance capitale, puisque, en somme, c'est cette vue qui conduisit Ignace à concevoir les *Exercices.* Il s'est fort bien rendu compte que la plupart des hommes seraient incapables de discerner suffisamment ce que Dieu attend d'eux dans la vie et, par conséquent et encore plus, d'accepter de bon cœur cette volonté divine. Pour qu'ils en fussent capables, ces hommes devraient se dégager de tout ce à quoi ils tiennent par toutes les fibres de leur cœur, peut-être à leur insu.

Cette observation peut apparaître aujourd'hui assez simple. Tout le monde cependant ne la fait pas ; et, en tout cas, très rares sont ceux qui en ont tiré le parti qu'Ignace en tira. Il vit tout de suite qu'alors la grande affaire ce serait de trouver le moyen de dégager ces âmes.

Le but des *Exercices* serait donc avant tout d'amener une âme à cet état où il lui sera possible et relativement facile de discerner ce que Dieu veut d'elle dans la vie et d'accepter d'accomplir ce dessein de Dieu. Cet état, nous verrons que saint Ignace lui reconnaît des degrés de plus ou moins grande perfection, qu'il appelle respectivement état d'indifférence ou 3e degré d'humilité. C'est, en tout cas, un état de plus ou moins grande docilité à Dieu. En somme, c'est un état d'amour ou de générosité plus ou moins développée. Saint Ignace s'en rendit compte, peut-être sur le tard. Aussi peut-on affirmer que son but, dans les *Exercices,* est d'amener l'âme à un amour de Dieu aussi total que possible. Voilà pour justifier, entre autres, la place terminale de la *Contemplation pour obtenir l'amour divin.*

Tout cela, saint Ignace nous le dit, en résumé, dans la 1re Annotation. Celle-ci, « pour nous aider à prendre quelque intelligence des Exercices spirituels qui suivent », voudrait nous dire ce que sont les *Exercices* et quel en est le but.

« On entend par Exercices spirituels *toto modo de preparar y disponer el anima...* ». **L'opinion du P. Nonell sur le sens du membre**

de phrase souligné mérite d'être rappelée (1). Le P. Nonell est espagnol et donc mieux qualifié que d'autres pour juger du sens exact de cette expression. Celle-ci n'aurait pas, selon lui, un sens distributif mais bien collectif. Il faudrait donc traduire : On entend par Exercices spirituels toute une façon, tout un système de préparer et de disposer l'âme. Seule cette manière de parler répond convenablement à la question : qu'est-ce que les *Exercices* ?

Selon leur auteur lui-même, le but des *Exercices* est donc « de préparer et de disposer l'âme ». En psychologue avisé, saint Ignace a compris qu'il y a des efforts qu'on ne doit pas demander d'emblée à quelqu'un. Peut-être celui-ci ne comprendra-t-il même pas ce que vous lui voulez et surtout sera-t-il incapable de vous donner tout de suite la réponse que vous souhaitez. Il doit y être amené petit à petit. C'est exactement ce que saint Ignace s'efforce de réaliser par les *Exercices* et cette conception en explique la structure et la suite.

Ce qui empêche la plupart des hommes de discerner l'intention de Dieu sur eux et d'accepter de la réaliser, c'est assurément, en tout premier lieu, leur irréflexion ou leur légèreté. Ils n'y pensent pas, absorbés par mille soucis secondaires. On voit tout de suite que les *Exercices*, suite de méditations et d'examens de conscience, remédieront efficacement à cette capitale lacune.

L'obstacle le plus difficile à écarter se trouve cependant ailleurs. Notre conduite, nos décisions et nos actions dépendent de notre état d'âme, sont inspirées et commandées par lui. De lui dépend même souvent l'idée que nous nous faisons des choses. D'ordinaire on les voit comme on les veut voir. Il y a plus, — et ceci ressortit déjà à la psychologie surnaturelle — ordinairement, notre état d'âme conditionne même l'efficacité de la grâce. Notre-Seigneur nous l'a affirmé dans la suggestive parabole du semeur (2).

Notre état d'âme, c'est-à-dire surtout nos états affectifs : nos tendances instinctives foncières, nos goûts, nos sympathies et nos antipathies, nos attachements plus ou moins solides aux personnes et aux choses. Tout cela peut nous empêcher non seulement d'accomplir la volonté de Dieu, mais même de la reconnaître. Notre sensibilité s'entend merveilleusement à prévoir tout ce qui pourrait menacer nos affections et, quand elle pressent que ceci ou cela va les contrarier, elle manœuvre si bien dans notre subconscient que nous ne voyons plus les choses comme il faudrait les voir. C'est à partir du moment où et parce qu'elles constituent un obstacle à l'accomplissement de la volonté divine que ces affections sont désordonnées. Aussi bien sera-t-il impossible de mettre de l'ordre dans sa

(1) *Ars ignatiana*, p. 26. — Nos citations du livre des Exercices se réfèrent à la traduction du P. Doncœur et aux numéros de cette traduction.
(2) Mc, IV, 3 suiv.

vie, si l'on ne commence par mettre de l'ordre dans son âme en se libérant de ces affections excessives.

Les 19 Annotations suivantes constituent, en somme, un essai de Directoire. Les Annotations 3, 5, 11 à 13, inclusivement, intéressent surtout le retraitant ; les autres le directeur de la retraite.

Dans la première catégorie, l'*annotation 5* est la plus remarquable. Elle définit les dispositions requises dans le retraitant pour qu'il puisse entreprendre utilement les *Exercices* : « Il importe beaucoup d'y entrer *con grande animo y liberalidad* ». Les Annotations 18, 19 et 20 reprennent plus ou moins la même recommandation et en esquissent quelque explication. Les *Exercices* sont loin d'opérer ex opere operato ; ils donnent à proportion des dispositions du retraitant. On perd son temps à donner les *Exercices* à des natures pauvres. Elles n'en tireront rien ou peu de chose. Les *Exercices* ne prétendent pas faire un héros d'un pleutre. Ils ne font qu'exploiter des virtualités. D'un homme dont les ressources morales étaient ignorées peut-être de lui-même, ils feront un homme décidé à exploiter de son mieux, A.M.D.G., les énergies qu'il possède. Les Exercices n'ont pas fait Ignace, Xavier, etc... ; ils les ont lancés. Une certaine générosité initiale est nécessaire comme une mise de fond, sans laquelle il est impossible d'entreprendre aucune affaire. Il faut donc, au départ, que le retraitant soit doué « d'un cœur large et généreux, offrant dès lors à Dieu tout son vouloir et toute sa liberté afin que sa divine Majesté se serve de ce qu'il est et de tout ce qu'il a selon sa très sainte volonté. Avec la grâce de Dieu, cette magnanimité est le véritable, l'indispensable moteur de la retraite. On a cru et dit parfois que les *Exercices* étaient avant tout affaire de logique. Quelle erreur ! Τὸ λογίστικον οὐ κινεῖ. Chose remarquable, cette *annotation 5*° semble esquisser une sorte d'oblation (« offrant à Dieu tout son vouloir etc... ») qui ressemble presque mot pour mot à l'oblation finale de la *Contemplation pour obtenir l'amour divin.* Mais alors, est-ce la peine de faire trente jours d'exercices, pour n'avoir, en sortant, que les dispositions requises à l'entrée ? Où est alors le progrès ? Le progrès est considérable. Avant les *Exercices,* la générosité existe dans l'âme, mais sans objet. Par les *Exercices,* l'âme découvre l'objet magnifique à quoi elle devrait consacrer ses énergies et elle s'y décide. Qui ne voit la différence et combien il faut plus d'amour pour se donner à une tâche précise à laquelle peut-être on répugne ?

La seconde série des Annotations concerne surtout le directeur de la retraite.

Comment celui-ci doit-il proposer au retraitant la matière de chaque exercice ? La *2e Annotation* répond : brièvement, et sommairement. Cela pour des raisons d'une très sage psychologie. Ce qu'on

découvre par soi-même a bien des chances de nous éclairer et de nous émouvoir davantage que ce qu'un autre nous expose. Pascal l'avait déjà noté : « On se persuade mieux pour l'ordinaire par les raisons que l'on a soi-même trouvées que par celles qui sont venues dans l'esprit des autres » (3). Et puis, et surtout, il faut laisser à Dieu l'occasion d'illuminer et de toucher Lui-même l'âme : il ne faut pas gêner l'action divine. Il s'agit d'ailleurs pour le retraitant, non d'apprendre beaucoup, mais d'apprendre bien, et d'en arriver à « sentir et goûter les choses intimement ». Pareil résultat, ce ne sont pas des procédés rationnels et discursifs qui l'assurent. C'est la grâce, une grâce qui sera peut-être une intuition produite par une conjoncture psychologique favorable et qui alors sera un phénomène fort naturel en soi, mais qui peut être aussi l'effet d'une lumière envoyée actuellement par le Maître intérieur. Quoi qu'il en soit, le principe posé par saint Ignace ici est clair encore qu'implicite. On l'exprimerait fort bien par le vieil adage : non multa sed multum. Trop souvent on propose à l'âme tant d'idées qu'on l'accable sous leur multitude ; elle voit tant de choses qu'elle n'en voit plus aucune. La considération calme et profonde devient impossible et l'âme, fatiguée, s'énerve. Non multa sed multum. C'était ainsi que procédait Ignace lui-même. C'était un homme de peu d'idées, nous affirme Lainez, mais il les pénétrait à fond, ou, mieux, il en était pénétré, si bien qu'il n'avait d'autre souci que de les réaliser dans sa vie.

Combien de temps doivent durer les Exercices et comment les distribuer ? La *4e Annotation* répond : 30 jours environ divisés en 4 parties ou semaines. Chacune de celles-ci a plus ou moins son objet et son fruit propres. On peut l'allonger ou la diminuer suivant qu'il est opportun. Les *Exercices* ne sont qu'un moyen pour arriver à une fin. Un moyen s'emploie dans la mesure où il est utile. Donc, lorsque le résultat cherché est atteint, à quoi bon s'attarder ? Or, nous avertit saint Ignace, deux causes pourraient retarder l'effet : une certaine lenteur naturelle chez le retraitant, due à son tempérament et à son caractère ; l'agitation produite dans son âme par des remous intérieurs et des conflits de tendances. Pareille agitation absorbe pas mal de forces intellectuelles et morales, et, fatalement, distrait plus ou moins de l'application aux exercices.

Comment le directeur devra-t-il se comporter à l'égard du retraitant ? Les annotations 6 à 10 et 14 à 16 inclusivement nous l'apprennent. Tout dépend des états d'âme traversés par celui qui fait la retraite. Il parut opportun à saint Ignace d'en distinguer quatre. D'abord les 3 états qu'il mentionne dans ses *avis pour faire une bonne élection* et dans les *règles du discernement des esprits.*

(3) *Pensées.*

1er état : le retraitant est en paix ; sans agitation intérieure, il ne connaît ni dépression ni exaltation. Dans ce cas, saint Ignace veut qu'on s'assure qu'il ne s'agit pas ici d'une bonace résultant de ce que le retraitant se met à l'aise et ne se donne guère de peine. Les esprits dédaignent — et on le comprend — les partisans du confortable.

2nd état : le retraitant se trouve sans foi ni charité, porté au découragement, triste et en proie à toutes sortes de tentations. Évidemment, il n'y a qu'à encourager de son mieux ce vaillant qui lutte contre la dépression.

3me état : plein de foi, d'espérance, de charité et de joie, le retraitant se sent capable de toutes les générosités. Il doit se garder de la présomption : son état est passager et peut-être assez superficiel ; il ne sera pas toujours aussi enthousiaste. Le directeur aussi sera discret et se gardera d'exploiter la ferveur du retraitant pour le pousser à des résolutions qui ne sont pas certainement celles que Dieu souhaite. Tant que la volonté divine ne s'est pas manifestée, que le directeur se tienne neutre et « laisse le Créateur traiter librement avec la créature et la créature avec son Créateur et Seigneur. »

A ces états classiques, saint Ignace en ajoute un quatrième : une affection démesurée occupe le retraitant. Elle empêche Dieu d'agir à son gré dans cette âme. Les *Exercices* ne pourront plus produire leurs effets, si le retraitant ne se libère effectivement, du mieux qu'il pourra, par exemple en demandant à Dieu de lui accorder juste le contraire de ce qui contenterait cette affection.

Comment adapter les Exercices aux diverses espèces de retraitants? Les annotations 17 à 20 donnent la réponse de façon concrète. Mais les principes impliqués sont clairs et nets. On ne donnera à chacun que ce qu'il est capable de transformer en amour (principe d'une admirable justesse, qui n'est en somme qu'un corollaire de l'annotation 5e, dont l'importance est remise en lumière ici). Et, donc, on ne donnera les Exercices complets qu'aux rares (4) sujets qui sont capables d'en tirer tout le bénéfice et qui y sont résolus.

II. LA PSYCHOLOGIE DES EXERCICES

Amener une âme à l'état où elle pourra, malgré son égocentrisme, reconnaître exactement la volonté de Dieu sur elle et accepter pleinement d'accomplir cette volonté, ce serait donc là le but des *Exercices*. Rien de plus souhaitable assurément. Mais le moyen d'en arriver là ! Ce moyen, après de longues cogitations sans doute et pas mal d'expériences, saint Ignace le trouva et sut admirablement le mettre

(4) Le mot est de saint Ignace lui-même dans la 4e Partie des *Constitutions*, ch. 8, déclar. G.

en œuvre : c'est une suite sagacement combinée de réflexions, d'engagements, de prières, prolongés durant le temps convenable, dans une atmosphère de recueillement et de pénitence. Il s'agit d'une suite systématique, aux étapes bien calculées, qu'on ne peut modifier sans que l'effet en soit compromis. Un ensemble de moyens naturels et surnaturels, où l'on compte sur la psychologie normale des hommes, mais au moins autant sur les interventions de la grâce divine. Saint Ignace se tient pour assuré que cette grâce agit particulièrement durant la retraite. Une de ses formules, qu'il répète d'ailleurs à satiété, exprime bien cette nécessaire conjonction des efforts humains et des secours de Dieu : petere id quod volo. Le retraitant doit vouloir obtenir le résultat prévu, et, dans ce but, il doit faire tout ce qu'il peut ; mais alors encore, il doit tout attendre de Dieu, il doit prier. Evidemment, c'est la grâce qui assure aux moyens humains toute leur efficacité, surtout en l'occurrence, où il ne s'agit de rien moins que de produire dans l'âme une conversion.

Cette suite de prières et d'efforts est progressive, en ce sens surtout que les démarches se préparent l'une l'autre, qu'elles tendent toutes, mais certaines plus précisément, à assurer l'obtention du but. Saint Ignace révèle là un art consommé des préparations psychologiques et, certes, l'efficacité du processus tient en grande partie à cette progression si soigneusement et si intelligemment ménagée.

On part de quelques idées de base sur lesquelles il importe qu'avant tout directeur et retraitant soient d'accord. Si ces principes bien expliqués et bien compris sont acceptés par le retraitant, on peut se dire que tout est déjà fait... en principe. C'est énorme. S'ils n'étaient pas sincèrement admis, rien ne pourrait se faire dans la suite.

Mais avant les principes mêmes, il y a une réalité fondamentale qui commande tout : Dieu. Dieu est ; Il est le Créateur de tout ce qui n'est pas Lui ; Il est donc le Maître de tout : Creator ac Dominus.

Alors la règle fondamentale de toute la conduite humaine, c'est que, créatures de Dieu, nous *devons* accomplir ce que Dieu notre Maître attend de nous. Notre vie est, doit être théocentrique. Nous ne sommes pas faits pour autre chose que pour Dieu. Vivre cette vie, en réalité, dans la réalité concrète qui conditionne la vie humaine depuis le Péché Originel, est malaisé. Il se produit en nous, spontanément, parce que c'est nous et parce que c'est elles, des attachements profonds aux choses créées. Cela risque très fort de nous détourner de Dieu. Le premier, le plus solide de ces attachements instinctifs, c'est l'amour que chacun de nous a pour soi. Nous sommes avides de nous satisfaire et voilà pourquoi nous nous attachons à tant de choses qui nous entourent, parce que nous nous imaginons qu'avec elles nous serons heureux, que nous ne le serons pas sans elles. Pour vivre une vie pratiquement théocentrée, il nous faut **maîtriser nos affections instinctives. Il faudrait en arriver à ce que,**

le plus habituellement possible, parmi tout ce qui nous entoure et nous aide à vivre, nous choisissions exclusivement ce qui nous permettra de mieux servir Dieu. Une âme ainsi disposée pourrait réaliser dans la perfection cette vie pour Dieu que Dieu voudrait de nous ici-bas avant qu'Il nous ouvre son ciel.

Voilà l'idéal de la vie ; l'avoir compris, l'avoir admiré, s'en être épris, on entrevoit combien tout cela aide à remettre de l'ordre dans les idées du retraitant et l'aidera à remettre de l'ordre dans son âme et dans sa vie. *Telle est la première étape* (5). On n'en peut exagérer l'importance. Souvent elle est déjà décisive.

Tout de suite, ramenant notre vue de ces considérations générales à notre propre vie, saint Ignace nous fait constater longuement, de façon précise et détaillée, combien, cet ordre idéal, nous l'avons violé. Le péché, c'est cela même ; ce n'est pas rien d'avoir, pour satisfaire son moi, violé l'ordre essentiel des choses, d'avoir oublié qu'on était créature et de s'être comporté en dieu. Il est impossible que pareille attitude n'ait pas de lamentables, de terribles conséquences. Et c'est bien l'effrayante réalité, certainement après cette vie. Et qu'est-ce qui a causé cette conduite révolutionnaire insensée ? Il n'y a pas de doute : la cause principale est en nous-mêmes ; ce sont nos affections désordonnées, nos attachements illégitimes. Le désordre de l'âme produit le désordre de la vie et le désordre du monde. Il n'y a rien de plus urgent que de régler nos affections.

Soit, ces corrections produiront peut-être un certain redressement moral ; mais le péché nous a fait perdre la grâce sanctifiante. Comment la retrouver, elle, qui est de qualité divine et absolument hors de notre portée ? Ou sommes-nous, tout de même, définitivement perdus et faut-il désespérer d'arriver jamais au ciel, où seulement nous serions heureux ?

Saint Ignace guette ce moment où la désespérance menace d'assaillir le retraitant contrit, pour lui révéler brusquement Jésus-Christ. Sans se laisser indigner par la foule de nos péchés, Jésus-Christ, spontanément, est venu nous sauver, expier nos fautes et mériter de nous rendre la grâce perdue. Ah ! l'aimable Sauveur. Alors que moi je me laisse si facilement séduire par le plaisir, à Lui, qu'il Lui en a coûté ! Mon égoïsme et sa générosité ! Pour peu que le retraitant ait cette noblesse de cœur que saint Ignace requérait de lui pour commencer les Exercices, il doit être profondément touché, de regret, bien sûr, mais aussi de reconnaissance. Dans un grand cœur, rien de fécond comme cet amour reconnaissant. Ignace le sait : aussi, à ce moment, presse-t-il le retraitant de se demander : jusqu'ici qu'ai-je fait pour le Christ ? Que vais-je faire pour Lui ? Que dois-je

(5) Nulle part saint Ignace ne parle de ces étapes. C'est nous qui inventons cette indication dans le but de mieux faire comprendre le processus psychologique des *Exercices*.

faire ? Si la réponse est ce qu'on peut escompter d'une âme généreuse, la route est ouverte à tous les dévouements. *C'est la seconde étape.* On voit la suite et le progrès : chaque étape est préparée par ce qui précède et prépare ce qui suit. Aussi le directeur de la retraite doit-il veiller à ce que l'étape psychologique soit réellement accomplie. Si elle ne l'était pas, il faudrait prolonger la préparation (6).

Si tout a bien marché, de sérieux résultats sont acquis : le retraitant a rectifié les idées qui inspiraient sa vie ; son cœur s'est purifié de ses péchés et, autant que possible, de ses affections déréglées ; il est fermement résolu à réparer son passé et à vivre dorénavant une vie toute pour Dieu.

Comment lui donner maintenant, et de façon concrète, une idée juste et séduisante de cette vie ? Et puis, car Dieu ne demande pas la même chose à tout le monde, chacun est soi et doit vivre, dans des circonstances très particulières, une vie toute singulière aussi ; comment faire découvrir à ce retraitant ce que Dieu veut de lui personnellement ? Pour satisfaire à ces exigences très diverses, le procédé ignatien est d'une admirable simplicité : saint Ignace fait contempler par son retraitant la vie de Jésus-Christ. Jésus-Christ est le type même de la vie sainte, de la vie toute pour Dieu. Rien, et surtout nulle théorie ne donnerait mieux l'idée de la vie qu'il faut tâcher de vivre. D'ailleurs, dans cette vie du Christ, il faut surtout considérer l'esprit qui l'anime ; quant au reste, tous ceux qui la contemplent n'y verront pas tout à fait les mêmes choses. Chez les baptisés, les hommes que mène l'Esprit de Dieu, la psychologie naturelle se double d'une psychologie surnaturelle. L'Esprit Saint donc fera voir à chacun ce qui convient à chacun. Aussi bien d'avoir remarqué tel trait dans la vie du Christ et de se sentir plus ou moins porté à l'imiter dans sa vie à soi, ce pourrait être un signe que Dieu y invite. Autrefois, en Palestine, Jésus appelait à sa suite. Il appelle toujours. Et la lecture attentive de l'Évangile avec les inspirations intimes qu'elle évoque dans l'âme sont une des façons dont use le Sauveur pour appeler encore aujourd'hui. Ces contemplations de la vie de Jésus-Christ ne sont pas destinées à être des visions béates mais des leçons de choses que chaque retraitant devra s'appliquer à lui-même.

Pour préparer cette étude détaillée du Modèle divin et en assurer le fruit, saint Ignace propose un exercice liminaire où se pose encore une question de principe : Jésus-Christ appelle toujours : êtes-vous décidé à le suivre ? *Jusqu'où ?* Si, consciemment ou non, l'on était résolu à ne pas aller jusqu'au bout, l'effet des contemplations sub-

(6) Nous venons de terminer ce que, dans sa langue, l'auteur des *Exercices* appelle la 1re semaine, parce qu'il convient de consacrer une huitaine de jours à considérer les idées que nous avons résumées. Nous allons aborder la 2de semaine qui devrait être décisive.

séquentes serait fatalement limité. Si, au contraire, l'âme est bien résolue à aller aussi loin que le Christ le voudra, les appels du divin Roi trouveront une réponse adéquate. *Décider le retraitant à ne rien refuser au Christ*, voilà le but que S. Ignace poursuit dans le 1er Exercice de la 2e semaine, *De Regno Christi*.

La réponse généreuse prépare bien ce qui suit : les différentes contemplations de cette 2e semaine et très particulièrement toute l'élection qui aura lieu bientôt. Cette réponse elle-même a été admirablement préparée par ce qui précède. Depuis le Principe et Fondement, le retraitant est décidé à suivre Dieu et même, parmi les façons de servir, à préférer la meilleure. La volonté de réparer ses péchés et de témoigner toute sa reconnaissance au divin Sauveur qui l'en a délivré va trouver maintenant l'occasion de s'exercer. Et le *De Regno Christi* lui-même est fait pour soulever la générosité du retraitant. On y attire son attention sur Celui qui l'appelle et sur l'œuvre incomparable à laquelle Il lui demande de collaborer. Après cela, que répondre au Christ, sinon : ô mon Roi, vous me direz comment je dois vous servir, j'accepte tout d'avance ? Il est souhaitable que cette réponse prenne la forme d'une oblation solennelle qui marque bien au retraitant l'importance de sa démarche. *C'est la troisième étape.*

L'un après l'autre, le retraitant contemple les différents mystères de la vie du Christ. La vie à Nazareth et, bientôt après, le mystère de Jésus resté au Temple posent naturellement les problèmes de l'état de vie : Faut-il se contenter de remplir les devoirs d'une vie normale en famille ou renoncer à cette vie pour être tout à Dieu ? Et voilà amorcé tout le travail de l'élection.

Saint Ignace a bien vu que, pour la destinée d'un homme, le choix de l'état de vie est d'une importance capitale. Il n'est pas du tout indifférent qu'un homme passe sa vie ici ou là, à faire ceci ou cela, dans tel ou tel milieu. Et puis, Dieu a ses vues sur l'humanité et, sans doute, a-t-il ses visées sur chaque homme en particulier. En s'engageant dans tel état plutôt que dans tel autre, en restant dans la vie séculière plutôt qu'en s'engageant dans l'état religieux, un homme détermine du coup sa vie presque tout entière ou du moins les grandes lignes de celle-ci. Il est donc d'un intérêt majeur de bien choisir la place où l'on vivra. Remarquons en passant avec quelle justesse saint Ignace formule le problème : « Dans quel état de vie sa divine Majesté veut-elle m'employer à son service ? » Le Fondement des *Exercices* trouve ici sa juste application. Le problème est envisagé, comme il se doit, d'une façon toute théocentrique, sans préoccupation indue du moi à contenter ou à valoriser ici-bas.

L'élection aura lieu sitôt que, durant cette 2e semaine, le retraitant se trouvera dans l'état requis, qui est, comme nous l'avons dit, l'état

d'indifférence ou, mieux encore, celui du 3e degré d'humilité. Pour assurer le mieux possible l'acquisition de cet état, saint Ignace imagina d'insérer ici, au beau milieu des contemplations sur la vie du Christ qu'on continue d'ailleurs, une série nouvelle d'exercices qui tendent directement à produire l'état d'âme requis. Ce qui pourrait empêcher ce résultat, c'est que le retraitant, malgré sa bonne volonté, se laisse, de bonne foi, plus ou moins illusionner par son égoïsme naturel si secret et si subtil. Cet égoïsme pourrait l'empêcher de voir peut-être et certainement de vouloir ce que Dieu attend de lui. Pour mettre le retraitant en garde, saint Ignace place ici trois *Exercices* qui sont incontestablement de grande portée.

Le premier doit éclairer l'esprit du retraitant : c'est la méditation des *deux Etendards* ou, comme certains aujourd'hui préfèrent l'appeler, plus clairement peut-être, des deux Partis.

Après la méditation du Règne, le retraitant s'était trouvé fort consolé de se voir toujours sous le regard et sous l'influence de son Chef, Jésus-Christ. Saint Ignace lui rappelle maintenant cet autre fait impressionnant dont peu d'hommes se rendent compte : que nous ne vivons pas seulement sous la bienfaisante influence du Christ, mais aussi sous l'action plus ou moins constante d'un esprit diamétralement opposé. Nous sommes constamment tiraillés en deux sens radicalement contraires : le sens naturaliste et le sens chrétien. Si bien que, pratiquement, le problème de la vie et du salut, c'est de savoir comment se garder de l'esprit naturaliste et se rendre docile à l'Esprit Saint. Si, du moins, nous savions comment chacun de ces esprits procède et opère, nous pourrions les reconnaître, les discerner.

Saint Ignace établit ici quelques principes fondamentaux de ce discernement. On reconnaît le Christ à son admirable simplicité. Il est si franc que ses propositions, faites sans aucun souci de flatter, risquent de rebuter : « Si quelqu'un veut venir à ma suite, qu'il se renonce lui-même ! » Le Mauvais Esprit, qui est aussi le Malin, se garde bien d'effaroucher. Il flatte mais en trompant. Il se dissimule, lui et son jeu, avec une incomparable habileté. En quoi consiste en somme son procédé (7) ? En ceci qui de prime abord a l'air d'être

(7) Nous proposons ici une interprétation des *deux étendards* ou, plus précisément, une définition de la tactique du démon que, sans doute, tous n'admettraient pas. Beaucoup, s'appuyant sur la lettre même des *Exercices*, estiment que cette tactique consiste toujours plus ou moins à engager l'âme dans l'attachement aux richesses et aux honneurs de ce monde et ainsi dans l'orgueil. Ce ternaire leur paraît avoir une valeur absolue et universelle. Nous croyons que saint Ignace n'a proposé là que des exemples. Ceux-ci d'ailleurs s'imposaient à lui. A son époque, vu les gens auxquels il donnait les *Exercices* le plus souvent, c'était bien l'attachement aux richesses et aux honneurs — entendez plus précisément encore aux bénéfices et aux dignités ecclésiastiques — qui était l'ordinaire obstacle. Mais il y a des cas tout différents. Et dans ces cas nouveaux il faut pouvoir retrouver aussi l'habileté cauteleuse du

la chose la plus normale du monde : à *nous pousser à développer nos tendances naturelles et de préférence celles qui paraissent les plus légitimes*, parce qu'avec celles-ci le camouflage est le mieux réussi. *Lorsqu'une de ces tendances devient dominante et maîtresse dans une âme, du coup celle-ci a perdu sa docilité envers Dieu.* Dieu n'obtiendra plus d'elle ce qu'Il en attend. Ainsi d'une mère qui aime trop ses enfants ou d'un fils qui aime trop sa mère. Dans ces conditions, comment « nous disposer nous-mêmes » pour assurer notre fidélité à Dieu et à son Esprit ? Il n'est que d'aller de préférence ou en principe à l'encontre de nos instincts naturels, « agere contra », nous orienter de façon habituelle dans le sens anti-naturaliste. Alors nous pouvons être tranquilles : nous n'irons jamais contre le bon plaisir de Dieu. Dans quel sens allons-nous ? Dans quel sens irons-nous désormais ? Et pratiquant de nouveau le *petere id quod volo*, le retraitant, inspiré par saint Ignace, coule sa résolution en une ardente et insistante prière. Tour à tour à la Sainte Vierge, à Notre-Seigneur Jésus-Christ, au Père, il demande d'être reçu sous l'étendard de la Croix, c'est-à-dire d'être appelé à une vie humble et pauvre. On entrevoit comment tous ces engagements successifs concourent progressivement à enraciner l'âme dans son attitude anti-naturaliste et du même coup préparent un « bonne et saine » élection.

Rétabli ou affermi en pleine vérité chrétienne, le retraitant pourrait encore s'imaginer qu'il veut sincèrement faire la vérité, alors qu'en réalité il ne le veut pas. Il faut qu'il vérifie son vouloir. C'est difficile. Il faudrait pouvoir faire cet examen de la façon la plus impersonnelle, comme s'il ne s'agissait pas de soi ; notre égoïsme est si habile à nous illusionner : on voit les choses comme on les veut. C'est pourquoi saint Ignace fait considérer un apologue ; une fois la vérité générale découverte, on pourra se l'appliquer avec plus de chances de succès. L'apologue tend à nous faire voir clairement qu'*on ne veut un but que si l'on veut pratiquement les moyens.* Est-ce que, moi, je veux les moyens ? les moyens de servir Dieu le mieux possible ? tous les moyens ? même les meilleurs ? surtout ceux-là ? Voilà bien qui nous rappelle et nous précise la finale du *Fondement* : choisir exclusivement les moyens qui aident le mieux à servir Dieu. Le retraitant qui serait ainsi disposé serait prêt pour l'élection. *C'est la 4e étape.*

Mais l'élection n'est pas qu'une simple affaire de raison, de vues nettes et de froide résolution. C'est surtout une affaire de générosité.

Méchant. On est amené ainsi à découvrir une formule générale du piège diabolique. Si l'on s'en tient à l'interprétation rappelée plus haut, il semble impossible de définir d'une façon générale le camouflage et l'astuce du mauvais esprit. Au contraire l'habileté de la manœuvre éclate si celle-ci consiste tout simplement et toujours à exagérer les tendances naturelles de l'individu, même les plus légitimes en soi.

Pour être généreux, il faut aimer. Il s'agit donc de soulever en nous l'amour. Dans ce but et pour mettre en plein jeu chez le retraitant les dispositions magnanimes que recommandait l'annotation 5e, saint Ignace l'invite « à considérer avec attention trois manières d'humilité ». La langue du saint est malhabile. Son expression est très juste et riche de sens quand on l'a comprise ; mais il faut d'abord la comprendre. Il s'agit de trois façons d'être humble ou soumis à Dieu, de trois degrés de docilité, celle-ci étant plus ou moins grande selon que l'âme est plus ou moins susceptible de se laisser faire par l'Esprit de Dieu.

Dans les deux premiers degrés prévaut plus ou moins le sentiment de l'obligation : c'est lui qui fait agir. Ce sentiment, on se rappelle combien le Fondement a tâché de l'inculquer au retraitant en lui montrant que cette obligation dérivait immédiatement de sa qualité essentielle de créature. Dans le troisième degré, domine, nettement, la charité théologale, cet amour de Dieu que le baptême a fait naître en nous et que les Exercices de 1re et de 2me semaine ont constamment tâché de réveiller et d'aviver par la considération des grands bienfaits divins. Ce troisième état est proprement l'état d'âme chrétien. C'est lui qu'il faut éduquer et maintenir en soi ; c'est ce dévouement filial qui doit inspirer toute notre conduite. Si le retraitant est parvenu à se hausser jusque-là, *la 5e étape est franchie.*

L'âme, se trouvant enfin dans ce 3e degré d'humilité, ou du moins dans le second qui est l'indifférence, elle peut aborder l'élection. Si elle n'avait pu atteindre aucun de ces deux états, elle devrait poursuivre son entraînement. La chose est possible car l'élection n'est pas placée tout au bout des Contemplations de la 2e semaine. Saint Ignace ne fixe pas de jour et de temps pour laisser du jeu au directeur et au retraitant.

L'élection est finie ; la retraite ne l'est pas. Suivent encore la 3e semaine consacrée aux mystères de la Passion et la 4e occupée aux mystères de la vie ressuscitée du Christ. Pourquoi ces deux semaines, après l'élection ? L'élection étant faite et, supposons-la bien faite, à quoi servent ces deux semaines ? La question a été fort controversée. Dans la perspective ou dans la ligne que nous avons tâché d'établir, le problème ne nous semble pas difficile à résoudre. Evidemment, ces deux semaines ont pour objet de faire aimer davantage Jésus-Christ, notre Sauveur héroïque et notre Roi glorieux. N'est-il pas clair que cet amour progressant va aider beaucoup à la réalisation des décisions prises dans l'élection, même et surtout si cela devait être pénible et coûteux ? Sans doute est-ce là une première et fort importante raison d'être de ces deux semaines qui suivent l'élection. Mais cet amour a sa fin en lui-même. L'amour reconnaissant **et généreux pour Dieu et pour Jésus-Christ, tout l'état d'âme chré-**

tien est là-dedans. Rien de meilleur et de plus fécond que de développer dans une créature humaine de pareilles dispositions.

C'est ce que vient achever encore l'émouvante *Contemplation pour obtenir l'amour divin*. Elle aussi renforce puissamment les motifs de générosité qui feront réaliser les conclusions de l'élection. Mais elle surtout développe l'amour pour lui-même, un amour assurément affectif, puisque c'est normal dans un homme, mais un amour qui voudrait imiter la générosité de l'amour de Dieu pour nous. Dieu nous a tout donné, tout ce que nous sommes et tout ce que nous avons ; Il s'est donné et Il se donne Lui-même de multiples façons, tant qu'il peut, tous ces dons ne faisant que préparer le don total de Lui-même au ciel dans la vision béatifique. Plus cela paraît évident à l'âme, plus celle-ci, que l'on suppose généreuse, sera portée à se donner elle-même et tout ce qu'elle a à Dieu. C'est ce don que Dieu veut ; c'est pour se donner ainsi que l'homme vit. C'est à réaliser cela que mènent les *Exercices* de saint Ignace.

III. LA PSYCHOLOGIE DE L'ELECTION

Le savoir-faire psychologique de saint Ignace apparaît particulièrement dans cette technique de l'élection qui, dans une matière très délicate, est toute de son invention.

On n'a pas oublié que les *Exercices* ont été conçus et combinés en bonne partie pour que l'élection puisse avoir lieu. Ils ont pour tâche d'amener le retraitant à cet état d'âme — indifférence ou 3e degré d'humilité — en dehors duquel, selon saint Ignace, on n'a guère de chance de pouvoir reconnaître la volonté de Dieu et accepter de l'accomplir. Maintenant que le retraitant y est parvenu, — nous le supposons — l'élection peut se faire.

1. *Quel est donc l'objet de l'élection ?*

Ce ne peut être de déterminer *le but* de ma vie, ce pourquoi je vais vivre. Ce but ne dépend pas de mon choix ; il s'impose à toute créature humaine : nous existons pour servir et glorifier Dieu. La seule chose qui dépend de moi, qui puisse être l'objet de mon libre choix, c'est le moyen par lequel je servirai Dieu. Il existe plusieurs façons ou moyens de servir Dieu. Tous ne me sont pas également agréables. Et, comme moyens, les uns sont meilleurs que les autres. Je puis choisir entre eux.

Sans doute, mais, en considérant le *Fondement*, au début des *Exercices*, je me suis résolu à choisir exclusivement les moyens les meilleurs, ceux qui aident le plus à arriver à la fin. Donc, en ce moment de l'élection, la question qui se pose à moi doit se formuler ainsi : Quel état de vie m'aidera mieux, moi, à servir mon Créateur et Seigneur ? On sait combien la juste façon de poser le problème peut aider à trouver la bonne solution. Saint Ignace le rappelle avec

insistance, il voudrait que le retraitant ne se laissât mouvoir par nul autre motif que le service de Dieu et le salut de son âme.

On voit aussi ce qu'il y a de relatif dans le problème et dans la réponse. Il ne s'agit pas de trouver le meilleur état de vie en soi, mais celui qui m'aidera le mieux, moi, tel que je suis, dans les circonstances particulières où je me trouve.

2. Comment faire l'élection ?

C'est la grande question. Une « bonne et saine » élection ne peut se faire que dans l'indifférence ou le 3e degré d'humilité. Mais alors même, les circonstances psychologiques peuvent encore varier beaucoup. C'est le mérite de saint Ignace de l'avoir très exactement discerné.

a) Dieu peut manifester sa volonté à l'âme avec une telle évidence que l'âme n'a plus à chercher mais seulement à obéir. Il s'agit alors d'une grâce quasi-miraculeuse, comme ce fut le cas pour saint Matthieu, ou d'une simple évidence intérieure.

b) L'âme est intérieurement agitée. Tour à tour, elle est « consolée », c'est-à-dire heureuse et ardente, ou triste, veule, pleine de répugnances. L'observation de ces consolations et de ces désolations peut être fort éclairante. Qui donc la console et quand ? Qui la désole et à propos de quoi ? Est-ce le bon ou le mauvais esprit ? Ce discernement se fera à l'aide des règles établies par saint Ignace. Si l'âme est consolée par Dieu au moment où elle incline vers tel genre de vie de préférence à tel autre ; si, au contraire, elle se désole quand elle penche vers un autre plutôt que vers le premier, il semble bien que Dieu la veuille dans le premier.

c) L'âme n'est pas agitée par les esprits mais peut, dans la tranquillité, faire usage de ses facultés naturelles de discernement. Dans ce cas, elle peut recourir aux deux méthodes suivantes ou à l'une d'elles :

aa) La première est analytique et déductive :

On commence par se re-poser exactement le problème : Pour servir Dieu et me sauver, lequel des genres de vie qui se proposent à moi est le meilleur pour moi, le plus aidant ? On prie, demandant à Dieu « de nous faire connaître ce que nous avons à faire pour servir le mieux ». Pas un moment, remarquons-le, saint Ignace ne fait abstraction du secours divin : même lorsque l'âme recourt à ses moyens naturels de voir et de vouloir, il veut qu'elle attende de Dieu que Dieu en assure l'efficacité. Nous sommes loin d'une attitude naturaliste.

Alors on se met à examiner en détail (8) les avantages et les inconvénients de chaque genre de vie, mais toujours du point de vue principal du service de Dieu et du salut de l'âme.

(8) Il est à recommander de le faire par écrit.

On conclut enfin, aussi rationnellement, c'est-à-dire aussi objectivement que possible. Les conclusions prises, on se hâte d'aller les soumettre à Dieu et de lui demander qu'Il daigne les confirmer.

bb) L'autre méthode est nettement intuitive.

En se mettant par l'imagination dans certaines situations et en se posant certaines questions nettes et graves, l'âme s'efforce de provoquer chez elle-même les réactions spontanées d'un sens chrétien que les *Exercices* viennent d'affiner et d'assurer.

On le voit, saint Ignace attache bien plus d'importance aux états d'âme qu'aux méthodes. Celles-ci n'ont qu'une efficacité relative. C'est le subconscient qui nous mène, ou, du moins, qui empêche le conscient d'être maître. Pour être capable d'agir fortement, il faut avoir refait en soi l'unité. Les Exercices tâchent de réaliser cela.

IV. PSYCHOLOGIE DES ADDITIONS

En somme, les *Exercices* sont une suite calculée de méditations faites dans une certaine ambiance psychologique. De ces méditations, saint Ignace, chaque fois qu'il le faut, fixe le sujet et le cadre (l'oraison préparatoire, les préludes, les divers points, le colloque). Sur la façon de procéder durant l'oraison proprement dite, peu de chose, rien que quelques brèves indications :

Ainsi pour les exercices des trois facultés : « il faut vouloir se rappeler et comprendre... On pénétrera le sujet plus en détail par l'intelligence et puis on excitera davantage en soi les affections de la volonté ». *1er Exercice de la 1re sem.*, 1er point, 50.

Pour les contemplations de 2e semaine : « il faut voir les personnes, entendre ce qu'elles disent, considérer ce qu'elles font, puis réfléchir sur soi pour tirer quelque profit », *2e contemplation de 2e sem.*, 114 sq.

D'une façon générale, la *2e Annotation* recommande : « il ne faut pas chercher à apprendre beaucoup, mais tâcher de sentir et de goûter les choses intimement ».

Mais sentir et goûter intimement, avoir des illuminations dans l'esprit et de la dévotion dans l'âme, et, dans ce sens, réussir son oraison, tout cela dépend de Dieu beaucoup plus que de nous. Saint Ignace voudrait qu'on se convainquît « qu'il n'est aucunement en notre pouvoir d'acquérir ou de conserver une vive dévotion. Tout cela est don gratuit de Dieu » *9e règle de la 1re série pour discerner les esprits*, 322.

Seul, l'Esprit-Saint fait trouver Dieu : Nous, nous ne pouvons que nous préparer et nous maintenir dans une ambiance favorable.

Nous préparer à l'oraison et nous maintenir dans une ambiance favorable, ce sont les deux choses que saint Ignace voudrait nous apprendre dans ses *additions* ou avis supplémentaires.

Chose à première vue étonnante, mais qui paraît très juste à la

réflexion, saint Ignace, qui était si réservé dans ses indications quand il s'agissait de l'oraison elle-même, entre en des détails multiples quand il s'agit de cette préparation et de cette ambiance.

Cet art ignatien d'induire en oraison est de la plus fine et de la plus exacte psychologie. Il faut commencer dès la veille : « Au moment où je veux dormir, (il faut) penser, durant le temps d'un *Ave Maria*, à quelle heure je dois me lever et pour quoi faire, résumant le prochain exercice » (*1re add.*, 73).

Le matin, au réveil « on exclura toute pensée étrangère mais on tournera aussitôt son esprit vers le sujet de l'oraison et on s'habillera en entretenant ces pensées en accord avec le sujet de l'exercice » (*2e add.*, 74).

« Au moment de commencer ma contemplation, je me tiendrai debout le temps d'un *Pater*, devant mon prie-dieu et je considérerai comment Dieu notre Seigneur me regarde... » (*3e add.*, 75). Ou comme dit saint Ignace au n. 131, en reprenant la même recommandation : « toujours, avant de m'appliquer à l'oraison, je me représenterai à quoi je vais et *devant qui*... ». Cette *3e addition* est d'une importance particulière : elle tend à transformer du tout au tout la méditation qu'on va faire. Il ne s'agit pas d'une méditation telle qu'on en pourrait faire à son bureau ou ailleurs pour étudier tel ou tel problème de la vie profane. Cette fois, la méditation se fait devant Dieu, avec Dieu. Ce n'est pas seulement avec soi-même qu'on cause, c'est avec Lui, avec Lui surtout. Et, dans ces conditions, l'âme passe presque naturellement de la présence à la conversation. L'oraison, c'est cela.

Manifestement, ces trois additions ou avis tendent à provoquer une certaine concentration de l'âme, à produire un certain climat *intérieur*, qui affecte non seulement l'esprit mais l'imagination et la sensibilité et qui atteigne jusqu'à la sub-conscience. Si cela réussit, l'âme ainsi disposée aura bien des chances, pour peu que Dieu veuille aller à sa rencontre, de trouver de la dévotion.

A ce point de vue encore, l'attitude qu'on prend en oraison est loin d'être indifférente. Dans cette unité vivante qu'est un homme, le corps a tant d'influence sur l'âme. Il faut trouver la position favorable. Ce n'est pas toujours une attitude pénible : cette peine peut distraire. Au contraire, certaines poses qui favorisent la détente physique peuvent aider l'activité de l'âme. Ecoutez saint Ignace : « Je me tiendrai tantôt à genoux, tantôt prosterné sur le sol, tantôt couché, tantôt assis, tantôt debout, uniquement soucieux de chercher ce que je veux (Dieu et la dévotion). Si j'atteins ce que je veux, à genoux, je n'essaierai pas une autre position et de même, si prosterné... » (*4e add.*, 76). C'est qu'une conjoncture favorable est chose délicate et fragile ; il suffirait de changer d'attitude pour tout brouiller.

Saint Ignace ajoute ici un conseil d'or : « Dans le point de méditation où je trouverai ce que je veux, je m'y arrêterai, sans souci d'aller plus avant, jusqu'à ce que je sois satisfait » (76). Pourquoi le saint a-t-il placé cela à la fin de la *4e addition*, alors qu'il semblerait logique de le rattacher aux conseils généraux que nous rappelions plus haut ? Saint Ignace n'est pas spécialement soucieux de faire un exposé systématique et logique. Ayant recommandé la constance dans l'attitude choisie pour l'oraison, il trouve naturel de nous exhorter à demeurer tranquillement aussi dans le point d'oraison qui répond à nos désirs.

L'oraison terminée, rien d'utile comme de réfléchir sur ce qui s'est passé. L'exercitant doit se rendre compte de la façon dont il s'est comporté et de ce qui en est résulté pour le succès de l'exercice. Chaque oraison est une expérience, une leçon de choses, dont il faut tirer profit pour les exercices suivants. Cfr *5e add.*, 77. Rien de plus pratique. L'art de prier s'apprend surtout par l'expérience.

L'*ambiance extérieure*, elle aussi, importe beaucoup. Durant ses propres essais, à Manrèse et ailleurs, saint Ignace put s'en rendre compte. Alors cet homme de tempérament actif fut d'avis qu'il ne faut rien négliger de ce qui peut contribuer au résultat désiré. Dans les quatre dernières additions, il donne au retraitant les indications utiles pour produire l'ambiance favorable. Déjà d'ailleurs la *20e annotation* (20) exigeait que l'exercitant se retirât dans la solitude pour être plus libre et plus sûr de n'être pas dérangé.

La *7e addition* (79, 130, 229) recommande de faire usage de la lumière ou de l'obscurité, ouvrant ou fermant portes et fenêtres, selon que cela peut aider le retraitant à trouver ce qu'il désire.

La *8e addition* (80) lui défend de rire ou de provoquer le rire.

La *9e* (81) veut qu'il garde soigneusement ses yeux : les choses qu'on voit peuvent causer de grandes distractions.

Enfin la *10e* (82 à 89) traite de la pénitence extérieure. Celle-ci peut contribuer puissamment à créer une atmosphère, à provoquer la dévotion dans l'âme et à obtenir de Dieu des grâces spéciales.

Fermement convaincu de l'importance de tous ces détails, saint Ignace voulait que « ces dix avis fussent observés avec grand soin » (130).

On a pu le constater, les *Exercices* sont à n'en pas douter le fruit des expériences spirituelles de saint Ignace. Le fait est certain. Si le saint n'avait pas eu « les habitudes d'introspection constante » dont parle le P. Dudon (9), il n'aurait pu composer les *Exercices* ; il n'aurait pas été le psychologue éminent qu'il est.

La Pairelle, Namur. Georges DIRKS, S. I.

(9) *Saint Ignace de Loyola*, Paris, 1934, p. 281.