

[143] Ne vous accusez pas de manière trop générale comme beaucoup le font par routine : « Je n'ai pas aimé Dieu autant que je le devrais » ; « Je n'ai pas prié avec assez de recueillement » ; « je n'ai pas aimé mon prochain, comme je le devrais » ; « je n'ai pas reçu les sacrements avec assez de respect », et autres choses semblables. En disant cela, vous ne dites rien qui permette à votre confesseur de connaître l'état de votre âme : tous les saints du paradis et tous les hommes de la terre pourraient dire la même chose s'ils se confessaient. Cherchez plutôt la raison personnelle que vous avez de faire ces accusations ; et lorsque vous l'aurez trouvée, accusez-vous simplement du manquement que vous avez commis. Par exemple, vous vous accusez de n'avoir pas aimé votre prochain comme vous devez. C'est peut-être que vous avez vu un pauvre que vous auriez pu secourir, et vous ne l'avez pas fait. Eh bien ! Accusez-vous avec précision : j'ai vu un pauvre nécessiteux, je ne l'ai pas secouru comme je l'aurais pu, par négligence, ou par dureté de cœur, ou par mépris, selon la raison de cette faute. De même, ne vous accusez pas de n'avoir pas prié Dieu avec le recueillement qu'il faudrait. Mais précisez si vos distractions ont été volontaires, ou si vous avez négligé les moyens — lieu, temps, maintien — pour être recueillie. Accusez-vous-en simplement, et laissez tomber ces généralités qui ne font ni chaud ni froid.

[155] Si les gens du monde vous demandent pourquoi vous communiez si souvent, dites-leur que c'est pour apprendre à aimer Dieu, pour vous libérer de vos imperfections, vous délivrer de vos misères, pour y trouver consolation dans vos épreuves, et force dans vos faiblesses. Dites-leur qu'il y a deux sortes de gens qui doivent communier : les parfaits, – car considérant les bonnes dispositions où ils sont, ils auraient bien tort de se priver de la source de toute perfection ; et les imparfaits, afin de pouvoir justement prétendre à la perfection des forts ; les forts, pour qu'ils ne faiblissent pas, et les faibles pour qu'ils deviennent forts ; les malades, pour qu'ils guérissent ; les bien-portants, pour qu'ils le demeurent ; et que vous, en tant que faible, imparfaite, et malade, vous avez besoin de communier à celui qui est votre perfection, votre force et votre médecin. Dites-leur que ceux qui n'ont pas trop d'affaires à traiter doivent souvent communier puisqu'ils en ont le loisir ; et ceux qui en ont beaucoup doivent le faire parce que cela leur est plus nécessaire, comme celui qui peine beaucoup au travail doit se nourrir régulièrement et substantiellement. Dites-leur que vous recevez le Saint Sacrement, pour apprendre justement à bien le recevoir car pour bien faire une chose, il faut s'y exercer souvent.

Communiez souvent, Philothée, et le plus souvent que vous pourrez, avec l'accord de votre père spirituel. L'hiver, les lièvres de nos montagnes deviennent blancs parce qu'ils ne voient et ne mangent que de la neige ; vous, à force d'adorer et de manger la beauté, la bonté et la pureté de ce divin Sacrement, vous deviendrez bonne, belle, et pure.