



Sainte Elisabeth de la Trinité 1880-1906

25 Novembre 1984 Béatification par le pape Jean Paul II
Canonisée par le pape François le 16 Octobre 2016

I – Sa vie 1880-1906

1880 - 18 juillet : Naissance dans un camp militaire près de Bourges

1882 novembre : Installation de la famille à Dijon

1883 - 20 février : Naissance de sa sœur Guite

1887- 2 octobre : Mort de son père

1891 19 avril : Première communion à l'église Saint Michel de Dijon

1894 été : Appel au Carmel - Opposition de sa mère

1899 février : Mission prêchée à Dijon

Consentement de sa mère pour son entrée au Carmel... à 21 ans

1901 - 2 août : Entrée au Carmel de Dijon

8 décembre : Prise d'habit

1903 - 11 janvier : Profession religieuse

1904 21 novembre : Composition de la prière « O mon Dieu, Trinité que j'adore »

1905 février : Premiers symptômes de la maladie

1906 - 9 novembre : Elle meurt à 26 ans

Élisabeth de la Trinité, une carmélite française morte en 1906, canonisée le 16 Octobre 2016. Une vie courte marquée par un très grand amour des autres et de Dieu. Le 9 novembre 1906, sœur Élisabeth de la Trinité meurt de la terrible maladie d'Addison.¹ Quelques jours auparavant, ses sœurs l'entendent murmurer faiblement : « *Je vais à la Lumière, à la Vie, à l'Amour* ». Ce seront ses dernières paroles audibles, comme un résumé de toute sa vie.

Le chanoine Angles² donne ce précieux témoignage : « *Deux amours furent chez elle pondérateurs de sa vivacité : l'amour de sa mère et l'amour de Dieu ; l'amour de sa mère, qu'elle chérissait éperdument, et l'amour de Celui qu'elle a toujours, avec une intonation céleste [nommé] : "Lui !"* »

« Je jouis d'une douce vie de famille »

Elisabeth fait l'expérience de l'amour au sein de sa famille, entre son père, Joseph Catez et sa mère Marie Rolland, puis avec la venue de sa jeune sœur Marguerite. Le 2 Octobre 1887, c'est dans ses bras, que, terrassé par une crise cardiaque, son papa remet son dernier souffle. Un poème, écrit dix ans plus tard, exprimera sa souffrance et son amour pour le « *Protecteur de son enfance* ». Ce drame familial renforce et consolide les liens entre Madame Catez et ses deux filles. Le "trio" est très fortement uni, mais sans jamais se refermer sur lui-même. La jeune Élisabeth est un être passionné, ardent, aimant, mais colérique. Madame Catez met tout en œuvre pour que sa fille puisse vaincre ce mauvais penchant.

La suprême punition sera de la priver du baiser maternel avant de s'endormir. Élisabeth confie à son journal : « *J'ai remercié Dieu du fond de mon cœur de m'avoir donné une mère comme la mienne, une mère douce et sévère à la fois et qui sut si bien vaincre mon terrible caractère.* »

« Quand j'aime ce n'est pas rien qu'un peu »

Les relations et les amitiés seront nombreuses et la correspondance d'Élisabeth en témoigne. Souvent Élisabeth termine ses lettres par ses mot : « *Je vous embrasse comme je vous aime, c'est-à-dire de tout mon cœur.* » Plus tard, elle confie à Françoise de Sourdon³ : « *Le bon Dieu m'a donné un cœur bien tendre, bien fidèle, et quand j'aime ce n'est pas rien qu'un peu.* » Du vaste cercle des amies se distingue un groupe plus restreint : les amies de cœur.

Elle écrit ainsi à Marie-Louise Maurel⁴ : « *Je ne puis vous dire combien j'ai été heureuse en recevant votre photographie spéciale où sont mes vraies amies, mes amies de cœur, celle dont vous êtes, ma chère Marie-Louise, car quoique nous nous soyons bien peu vues, nous avons pu cependant nous comprendre et beaucoup nous aimer !* » Les amies de cœur sont celles avec lesquelles elle peut

¹La maladie d'Addison est due à une atteinte des glandes surrénales, plus précisément la partie corticosurrénale, qui conduit à un arrêt de la sécrétion d'aldostérone et de cortisol. Cela se traduit par une baisse de la tension artérielle et une fatigue continue qui gênent la vie de tous les jours. À l'époque d'Elisabeth elle était une conséquence de la tuberculose. Avant les années 50 et l'arrivée de la cortisone, la maladie d'Addison était mortelle.

²Emilien Isidore Angles naît le 7 février 1835 à Labastide Esparbairenque dans l'Aude. Ordonné prêtre le 19 décembre 1857, il est nommé vicaire à Carcassonne, puis à Narbonne, et à Saint-Hilaire le 1^{er} octobre 1860. C'est un ami de la famille d'Elisabeth.

³Françoise, née en 1887, est la fille cadette du comte Georges de Sourdon (1845-1895) et de son épouse Marguerite d'Anthès (1855-1933). Elle a pour sœur aînée Marie-Louise, née en 1883. Dès l'arrivée des Catez à Dijon, les deux familles nouent de profondes relations. C'est chez Mme de Sourdon qu'aura lieu le dîner de première communion d'Elisabeth. Témoin précieux au procès de béatification, Françoise meurt à Paris en 1979.

⁴Marie-Louise Maurel : nièce de Mme Angles

parler des réalités intérieures qui lui tiennent à cœur.

« Le Bien-Aimé de l'Eucharistie »

Très tôt, Élisabeth a été séduite par l'humanité du Christ Jésus. La confession et la première communion sont des étapes capitales dans sa maturité. Et tous les témoignages concordent pour dire que l'enfant colérique s'est peu à peu transformée par l'œuvre en elle de la grâce. Elle termine une lettre de vœu à sa maman par ces mots : *« Comme j'espère que j'aurai bientôt le bonheur de faire ma première communion, je serai encore plus sage car je prierai Dieu de me rendre encore meilleure. »*

Plus tard Élisabeth remercie sa maman pour la préparation reçue : *« C'est toi qui as orienté le cœur de ta petite vers Lui ; tu m'as si bien préparée à la première rencontre, ce grand jour où nous nous sommes donnés l'un à l'autre. »* Le Christ Jésus est pour elle « le Bien-Aimé de l'Eucharistie ». Le poème qu'elle écrit le 19 avril 1898, pour l'anniversaire de sa première communion, manifeste clairement cet échange d'amour : *« Je n'aspirais qu'à donner ma vie / Qu'à prendre un peu de son grand amour/ Au Bien-Aimé de l'Eucharistie »* À plusieurs reprises, depuis le carmel, elle s'unit à la joie de celles qui font leur première communion. Ainsi, elle écrit à Cécile Lignon : *« Ta grande amie a été bien unie à toi aujourd'hui, son cœur ne faisait qu'un avec le tien. Je t'ai retrouvée près du Bien-Aimé Jésus, nous étions toutes deux sur son Cœur »*

Ce don d'elle-même, fait à Jésus lors de sa première communion, trouve son achèvement dans son entrée au Carmel de 2 août 1901.

« Au Carmel, le cœur se dilate »

Comme elle l'avouera plus tard, son cœur a saigné en voyant la douleur des deux êtres qu'elle chérit le plus au monde, sa mère et sa sœur. L'amour du Christ l'appelle au Carmel, mais en Lui, elle retrouve tous ceux qu'elle aime. Peu avant son entrée, elle écrit à son amie Marie-Louise Maurel : *« Le bon Dieu ne rétrécit point le cœur de ceux qui se donnent à Lui, au contraire Il le dilate, et croyez que derrière les grilles on n'oublie pas ceux que l'on a laissés, plus on est près du bon Dieu, plus on aime ! »*

À plusieurs reprises, elle affirme que *« le cœur se dilate au Carmel »*. Elle confie à sa maman : *« Il me semble que mon cœur, que Dieu a fait si aimant, s'est dilaté depuis qu'il est enfermé derrière les grilles en contact continu avec Celui que saint Jean appelle "Caritas", Amour »*

Cet « amour élargi » se manifeste surtout dans les lettres qu'elle envoie à ceux qui viennent de vivre un deuil. À son amie Marie-Louise qui vient de perdre son enfant, elle écrit : *« Mon cœur a besoin de vous dire qu'il ne fait qu'un avec le vôtre. [...] Je comprends si bien la douleur de votre cœur [...] que je n'essaierai pas de vous apporter des consolations humaines. Il est un cœur de Mère en lequel vous pouvez aller vous blottir, c'est celui de la Vierge. Il a connu tous les brisements, tous les déchirements, et il restait toujours si calme, si fort, car toujours il restait appuyé à celui de son Christ ! »*

« Mon Christ, aimé, crucifié par amour »

Très jeune, Élisabeth a médité sur le mystère pascal du Christ Jésus. Elle y a découvert l'immense amour dont elle était aimée. Elle écrit à une amie qui, comme elle, pensait au Carmel : «

Demeurons toujours unies au pied de la Croix, restons silencieuses auprès du divin Crucifié et écoutons-le. Tous ses secrets, Il nous les dira, c'est Lui qui nous conduira au Père, à Celui qui nous a tant aimées "qu'Il nous a donné son Fils unique". À Dieu, qu'il n'y ait plus que Lui et aimons-nous toujours »

Au Carmel, elle lit l'Écriture, tout spécialement celui qui deviendra « *son cher saint Paul* ». Elle y découvre une parole qui enchante son âme et dilate son cœur, celle de la lettre aux Éphésiens : « *Propternimiamcharitatem* » (Ep 2, 4), « *Il nous a trop aimés* ». Trente-cinq fois, Élisabeth reprend ce « *trop grand amour* ».

Citons simplement un exemple. Dans une lettre à Madame Angles, elle écrit : « *C'est si bon, lorsque l'on sent ces petites choses, de regarder le Maître qui Lui aussi a enduré tout cela parce qu'il nous a "trop aimés" comme dit saint Paul : alors on a soif de lui rendre amour pour amour* ».

Jusqu'au bout, Élisabeth brûle de cette soif d'être conformée à Celui qui l'a tant aimée.

« Marquez tout du sceau de l'Amour »

À la fin de sa vie, Élisabeth écrit quelques lettres-testaments, où elle exprime « *le flot qui monte de son cœur* » jusqu'à celui de sa correspondante. Elle confie à Madame de Bobet : « *À la lumière de l'éternité, l'âme voit les choses au vrai point ; oh ! comme tout ce qui n'a pas été fait pour Dieu et avec Dieu est vide ! Je vous en prie, oh, marquez tout avec le sceau de l'amour ! Il n'y a que cela qui demeure* » Élisabeth s'est laissée aimer par le Christ et elle a répondu à cet amour en aimant, le Christ et les autres. Écoutons et faisons nôtre cet avis qu'elle donne à sa prieure dans une lettre qui lui sera remise après sa mort : « *Vous ne serez jamais banale, si vous êtes éveillée en l'amour !* »

Exercice spirituel :

1. Comme Élisabeth, gardons et entretenons nos liens d'amour familial et d'amitiés de toute sorte (lettres, téléphones, visites, mails, etc...) et enracinons-les dans l'amour de Dieu pour qu'ils ne soient pas superficiels.
2. Ne jamais être « banal » en mettant de l'amour dans tout ce qu'on fait.

II – Sa Spiritualité

1. L'intimité avec Dieu

« Que l'on est heureux quand on vit dans l'intimité avec le bon Dieu, quand on fait de sa vie un cœur à cœur, un échange d'amour quand on sait trouver le Maître au fond de son âme. Alors on n'est plus jamais seule et on a besoin de solitude afin de jouir de la présence de cet Hôte adoré... Il faut Lui donner sa place dans ta vie, dans ton cœur qu'il a fait si aimant, si passionné, Oh ! si tu savais comme Il est bon, comme Il est tout Amour ! Je Lui demande de se révéler à ton âme, d'être l'Ami que tu saches toujours trouver, alors tout s'illumine et c'est si bon de vivre ! »

Méditation :

Je pense à tous mes moments d'intimité avec Dieu : puis-je en dire ce qu'en dit Élisabeth.

2. Silence et souffrance

- « Une âme de silence se tient comme une lyre sous la touche mystérieuse de l'Esprit Saint afin qu'il en fasse sortir des harmonies divines ; elle sait **que la souffrance est une corde qui produit des sons plus beaux encore**, aussi elle aime la voir à son instrument afin de remuer plus délicieusement le Cœur de son Dieu. »

Débat : La souffrance permet-elle vraiment de mieux prier ?

- « **Faisons le vide dans notre âme** afin de Lui permettre de s'élancer en elle pour venir lui communiquer cette vie éternelle qui est la sienne ; le Père lui a donné pour cela "puissance sur toute chair" nous est-il dit en l'Évangile. Et puis, dans le silence de l'oraison, écoutons-le, il est le "Principe" ; qui parle au-dedans de nous, et n'a-t-il pas dit : "Celui qui m'a envoyé est vrai et tout ce que fait entendu de Lui, moi je le dis" »

Méditation : Je fais le vide en moi des soucis, des inquiétudes, des agitations, des distractions, des regrets, des amertumes, etc... pour mieux me mettre en présence de Dieu.

3. Demeurer en Dieu

« Une âme qui demeure en Dieu, l'aime d'un amour pur et désintéressé, sans se rechercher dans la douceur de cet amour ; elle l'aime par-dessus tous ses dons et quand même elle n'aurait rien reçu de Lui, elle désire son bien. »

Exercice spirituel :

Aimer Dieu d'un amour pur et désintéressé : l'amour pour Lui-même et non pour ses bienfaits, l'aimer même quand on ne ressent rien de sensible.

4. La méditation

« Et la méditation ? Je te conseille de simplifier tous tes livres, de te remplir un peu moins, tu verras que cela est bien meilleur. Prends ton crucifix, regarde, écoute. Tu sais que c'est là notre rendez-vous, et puis ne te trouble pas quand tu es prise comme maintenant et que tu ne peux faire tous tes exercices : **on peut prier le bon Dieu en agissant, il suffit de penser à Lui.** Alors tout devient doux et facile, puisque l'on n'est pas seul à agir [et] que Jésus est là. »

Exercices spirituels :

- A. Ne pas « se remplir de livres », de lectures, de techniques spirituelles mais prier avec ce que l'on est face au Christ.
- B. Ne pas opposer action et méditation mais faire de notre action une prière simplement en pensant à Dieu de temps à autre lorsqu'on on est plongé dans nos activités.

5. Dépasser ses colères

« Je te garde en mon âme tout près du bon Dieu, dans ce petit sanctuaire tout intime où je le trouve à chaque heure du jour et de la nuit, Je ne suis jamais seule: mon Christ est là toujours priant en moi et je prie avec Lui. Tu me fais de la peine, ma Framboise⁵ ; je vois bien que tu es malheureuse et c'est ta faute, je t'assure. Sois tranquille, je ne te crois pas encore toquée, mais énervée et surexcitée, et quand tu es comme cela tu fais souffrir les autres aussi. Ah, si je pouvais t'apprendre le secret du bonheur comme le bon Dieu me l'a appris. Tu dis que je n'ai ni soucis ni souffrances, il est vrai que je suis bien heureuse, mais si tu savais comme, alors même que l'on est contrarié, on peut être tout aussi heureuse ; **il faut toujours regarder au bon Dieu. Au commencement il faut faire des efforts lorsqu'on sent tout bouillonner en soi, mais tout doucement à force de patience et avec le bon Dieu on en vient à bout. Il faut que tu te bâtisses comme moi une petite cellule au-dedans de ton âme ; tu penseras que le bon Dieu est là, et tu y entreras de temps en temps, lorsque tu sens tes nerfs, que tu es malheureuse, vite sauve-toi là et confie tout cela au Maître.** Ah, si tu le connaissais un peu, la prière ne t'ennuierait plus, il me semble que c'est un repos, un délassement : on vient tout simplement à Celui qu'on aime, on se tient près de Lui comme un petit enfant dans les bras de sa mère et on laisse aller son cœur. Tu aimais tant t'asseoir tout près de moi et me faire des confidences, c'est comme cela qu'il faut aller [à] Lui, si tu savais comme Il comprend bien... »

Exercice spirituel : Calmer nos colères, nos énervements, notre bouillonnement intérieur « en les laissant passer » comme disent les psy et en nous réfugiant dans notre cellule intérieure, dans cet espace intime où on rencontre Dieu par-delà ce qui nous brasse et nous déstabilise !

⁵ Framboise : surnom affectueux de Françoise de Sourdon

6. Contempler la Trinité

« Ô mon Dieu, Trinité que j'adore, aidez-moi à m'oublier entièrement pour m'établir en vous, immobile et paisible comme si déjà mon âme était dans l'éternité! Que rien ne puisse troubler ma paix ni me faire sortir de Vous, ô mon Immuable, mais que chaque minute m'emporte plus loin dans la profondeur de votre Mystère. Pacifiez mon âme, faites-en votre ciel, votre demeure aimée et le lieu de votre repos; que je ne vous y laisse jamais seul, mais que je sois là tout entière, tout éveillée en ma foi, tout adorante, toute livrée à votre action créatrice.

Ô mon Christ aimé crucifié par amour, je voudrais être une épouse pour votre cœur ; je voudrais vous couvrir de gloire, je voudrais vous aimer...jusqu'à en mourir ! Mais je sens mon impuissance et je Vous demande de me revêtir de Vous-même, d'identifier mon âme à tous les mouvements de votre Âme ; de me submerger, de m'envahir, de Vous substituer à moi, afin que ma vie ne soit qu'un rayonnement de votre Vie. Venez en moi comme Adorateur, comme Réparateur et comme Sauveur.

Ô Verbe éternel, parole de mon Dieu, je veux passer ma vie à Vous écouter, je veux me faire tout enseignable afin d'apprendre tout de Vous; puis, à travers toutes les nuits, tous les vides, toutes les impuissances, je veux vous fixer toujours et demeurer sous votre grande lumière.

Ô mon Astre aimé, fascinez-moi pour que je ne puisse plus sortir de votre rayonnement.

Ô Feu consumant, Esprit d'amour, survenez en moi afin qu'il se fasse en mon âme comme une incarnation du Verbe; que je Lui sois une humanité de surcroît, en laquelle il renouvelle tout son mystère.

Et vous, ô Père, penchez-Vous vers votre pauvre petite créature, ne voyez en elle que le Bien-aimé en lequel Vous avez mis toutes vos complaisances.

Ô mes Trois, mon Tout, ma Béatitude, Solitude infinie, Immensité où je me perds, je me livre à Vous comme une proie ; ensevelissez-vous en moi , pour que je m'ensevelisse en Vous, en attendant d'aller contempler en votre lumière l'abîme de vos grandeurs. Ainsi soit-il. »

Nos réactions après cette belle prière trinitaire exemplaire où Élisabeth s'adresse aux trois personnes de la Trinité en les distinguant bien dans leur spécificité alors que bien souvent dans nos prières on dit « Seigneur » sans trop savoir si c'est le Père, le Fils ou l'Esprit Saint.

7. La prière

« Aimez toujours la prière, chère petite Germaine, et quand je dis la prière, ce n'est pas tant s'imposer quantité de prières vocales à réciter chaque jour, mais c'est cette élévation de l'âme vers Dieu à travers toutes choses qui nous établissent avec la Sainte Trinité en une sorte de communion continuelle, tout simplement en faisant tout sous son regard.

Exercice spirituel

Voir dans toute forme d'élévation une prière (contemplation de la nature, musique, art, sport, belles actions, belles rencontres, bons moments vécus, etc...)

8. S'accepter tel que l'on est

« Petite sœur de mon âme, à la lumière de l'éternité le bon Dieu me fait comprendre bien des choses, et je viens vous dire comme venant de sa part de ne pas avoir peur du sacrifice, de la lutte, mais plutôt de vous en réjouir. **Si votre nature est un sujet de combat, un champ de bataille, oh, ne vous découragez pas, ne vous attristez pas. Je dirais volontiers aimez votre misère,** car c'est sur elle que Dieu exerce sa miséricorde et lorsque sa vue vous jette dans la tristesse qui vous replie sur vous, cela, c'est de l'amour-propre ! Aux heures de défaillance, allez vous réfugier sous la prière de votre Maître ; oui, petite sœur, sur sa Croix Il vous voyait, Il priait pour vous, et cette prière est éternellement vivante et présente devant son Père ; c'est elle qui vous sauvera de vos misères. Plus vous sentez votre faiblesse, plus votre confiance doit grandir car c'est à Lui seul que vous vous appuyez. »

Méditation

Je regarde ma misère, ce qui me déplaît le plus en moi, mes faiblesses, mes failles, ce qui m'est un sujet de combat perpétuel et j'offre tout cela au Seigneur pour qu'il m'aide à faire avec.

9. Vivre l'humilité en acceptant de s'abaisser et de descendre

« Dans une humble et pauvre étable repose le verbe de Dieu, c'est le mystère adorable que l'ange révèle en tout lieu. « Gloria in excelsis Deo »

Le Tout-Puissant a besoin de descendre pour épancher les flots de son amour.

Il cherche un cœur qui veuille le comprendre, et c'est en lui qu'il fixe son séjour [...]

Jésus me dit : « Regarde-moi, tu pourras mieux comprendre le don de soi, l'anéantissement. pour m'exalter tu dois toujours descendre, que ton repos soit dans l'abaissement.

C'est là toujours que se fait la rencontre, pour me trouver il faut s'anéantir. Aux tout-petits se révèle et se montre le dieu caché que ton amour voudrait saisir. »

Poésie 91 Noël 1904

Exercice spirituel : Vivre l'humilité en acceptant de descendre, de s'abaisser, en faisant les tâches les moins nobles, les plus ingrates, celles que personne ne veut faire.

10. Rester simple comme un enfant

« Il me semble que la prière est un repos, un délassément : on vient tout simplement à Celui qu'on aime, on se tient près de Lui comme un petit enfant dans les bras de sa mère et on laisse aller son cœur. Tu aimais tant t'asseoir tout près de moi et me faire des confidences, c'est comme cela qu'il faut aller [à] Lui, si tu savais comme il comprend bien... »

Lettre 123 à Françoise de Sourdon, juin 1902

Dans la Bible

Seigneur, je n'ai pas le cœur fier ni le regard ambitieux ; je ne poursuis ni grands desseins, ni merveilles qui me dépassent. Non, mais je tiens mon âme égale et silencieuse ; mon âme est en moi comme un enfant, comme un petit enfant contre sa mère.

Psaume 110

Exercice spirituel : Rester simple dans la prière et dans toute la vie, fuir les complications de toute sorte, rester naturel et spontané avec Dieu, avec les autres même si dans la société et notamment dans les demandes administrative tout est de plus en plus compliqué.

11. S'oublier, faire mourir le moi pour être libre

« Il me semble que l'âme la plus libre, c'est la plus oublieuse d'elle-même ; si l'on me demandait le secret du bonheur je dirais que c'est de ne plus tenir compte de soi, de se nier tout le temps. Voilà une bonne façon de faire mourir l'orgueil : on le prend par la famine ! Voistu, l'orgueil c'est l'amour de nous-mêmes, eh bien, il faut que l'amour de Dieu soit si fort qu'il éteigne tout amour de nous.

Saint Augustin dit que nous avons en nous deux cités, la cité de Dieu et la cité du MOI. Dans la mesure où la première grandira, la seconde sera détruite. Une âme qui vivrait dans la foi sous le regard de Dieu, qui aurait cet « œil simple » dont parle le Christ en Évangile, c'est-à-dire cette pureté « d'intention » qui ne vise qu'à Dieu », cette âme-là, il me semble, vivrait aussi dans l'humilité : elle saurait reconnaître ses dons à son égard, car « l'humilité c'est la vérité ». Mais elle ne s'approprie rien, elle rapporte tout à Dieu, comme faisait la sainte Vierge. »

Exercice spirituel : Cultiver la vraie liberté intérieure, celle qui ne cherche pas à satisfaire les envies, les désirs, les pulsions du « moi... moi », qui ne recherche pas avant tout son plaisir et son épanouissement mais le dépassement de soi, l'ouverture vers le haut et vers les autres.

12. Cultiver en nous « l'ardeur apostolique »

« Oh qu'il est puissant sur les âmes, l'apôtre qui reste toujours à la Source des eaux vives ; alors il peut déborder autour de lui sans que jamais son âme se vide puisqu'il communie à l'Infini ! Je prie beaucoup pour vous afin que Dieu envahisse toutes les puissances de votre âme, qu'il vous fasse communier à tout le Mystère, que tout en vous soit divin et marqué de

son sceau, enfin que vous soyez un autre Christ travaillant pour la gloire du Père ! Vous aussi, n'est-ce pas, priez pour moi. **Je veux être apôtre avec vous**, du fond de ma chère solitude du Carmel je veux travailler pour la gloire de Dieu. »

Exercice spirituel : Chercher à être apôtre ou à soutenir les apôtres qui évangélisent aujourd'hui par tous les moyens possibles, au moins par les encouragements et la prière, ou bien sûr par nos propres engagements tant qu'on peut en prendre.

13. Se nourrir de l'eucharistie

« Entonnons une admirable antienne [...]

En l'anniversaire de ce jour où Jésus fit en moi sa demeure, où Dieu prit possession de mon cœur, tant et si bien que depuis cette heure, depuis ce colloque mystérieux, cet entretien divin, délicieux, je n'aspirais qu'à donner ma vie, qu'à rendre un peu de son grand amour au Bien-Aimé de l'Eucharistie qui reposait en mon faible cœur, l'inondant de toutes ses faveurs [...]

Jour béni, le plus beau de ma vie, jour où Jésus reposait en moi, jour où j'entendis parler sa voix tout au fond de mon âme ravie, jour bienheureux, première entrevue de mon âme avec le Dieu d'amour. »

Poésie 47, 7^e anniversaire de sa 1^{ere} communion 19 avril 1898

Exercice spirituel : Se nourrir de l'eucharistie en y voyant un rendez-vous d'amour avec le Christ nous donnant sa vie et nous aidant à donner la nôtre.