

## Proposition de Structure du *Chemin de Perfection*

### Introduction (Prologue – 3)

- Prologue**
1. Origines : *Les sœurs de San-José et P. Báñez (Prol. 1)*
  2. Destinataires : *Les sœurs de San-José (Prol. 1)*
  3. Sujet : *Conseils adaptés à notre genre de vie (Prol. 1)  
Quelques points relatifs à l'oraison (Prol. 1.4)*
- But de la fondation** (1 – 3)
- Salut des âmes *Faire le petit peu qui dépendait de moi (1,2)  
C'est dans ce but qu'il vous a rassemblées ici (1, 5)*
- Fixer les yeux sur le Christ *Fixez les yeux sur votre Époux (2, 1)*
- Reprise du but *Efforçons-nous d'être telles (3, 2)  
But que j'ai indiqué [...] fin pour laquelle... (3, 10)*

### I / Conditions pour mener une vie d'oraison (4 – 15) *Choses nécessaires aux âmes qui marchent sur le chemin de l'oraison (4, 3)*

- Trois choses importantes** (4, 4) *Je ne développerai que trois points (4, 4)*
- 1) L'amour mutuel (4 – 7) *Le premier qui regarde l'amour mutuel est d'une très haute importance (4, 5)*
  - 2) Le détachement du créé (8 – 15) *Venons maintenant au détachement que nous devons avoir... (8, 1)*
  - 3) L'humilité véritable *Que chacune examine bien ce qu'elle a d'humilité (12, 6)*

### II / À propos de l'oraison (16 – 42) *Indiquer le chemin qui mène à la contemplation (16, 1)*

- Introduction** (16-18) *Des points qui ont beaucoup d'importance (16, 5)*
- 1) Fixer les yeux sur le Christ (16) *Si nous ne regardions que la voie, nous serions bien vite au but (16, 11)*
  - 2) L'importance de l'humilité (17) *Un point très important puisqu'il concerne l'humilité (17, 1)*
  - 3) Faire des efforts pour atteindre le but (18, 3) : la contemplation, don gratuit de Dieu (18)

#### a) *Qu'est-ce que l'oraison ?* (19 – 25)

- Les divers degrés de l'oraison et leurs nuances *Acquérir une pareille liberté (16, 4)*
- 1) Oraison vocale, image de la source (19) *L'âme désire brûler de cette soif (19, 2)*
  - 2) Diversité des chemins et résolution d'y marcher (20) *(cf. 20, 1 et 20, 2-3)*
  - 3) Être déterminé à atteindre le but (21) *L'oraison un chemin dangereux ? Jamais ! (21, 7)  
Fonder votre oraison sur les prières qu'à formulées N.S. (21,3)*
  - 4) Oraison mentale (22 – 24) *Se demander à qui l'on va parler (22, 3)*
  - 5) Oraison vocale et oraison mentale (25) *Bien comprendre ce que nous disons, à qui nous parlons (25, 3)*

#### b) *Regard sur le Christ* (26)

- *Séparez-vous le moins possible d'un si excellent ami (26, 1)*
- *Tout ce que je vous demande c'est de le regarder (26, 2)*
- *Faisons route ensemble, Seigneur ! (26, 6) Participation au Mystère Pascal*

#### c) *Le "Notre Père", chemin pour l'oraison* (27 – 42)

- Commentaire suivi des demandes du *Notre Père* *Nous engager à apprendre ce qu'il nous enseigne (27,5)*
- 1) Divers degrés de l'oraison (27 – 32)
    - a. Oraison de recueillement (27 – 29) *L'âme devrait rentrer en elle-même (27,1)*
    - b. Oraison de quiétude (30 – 31) *Nos puissances dans le calme et notre âme dans la quiétude (30, 6)*
    - c. Oraison d'union (32) *Soumettre notre volonté à la sienne (32, 9)*
  - 2) Les fruits d'une authentique contemplation (33 – 42)
    - a. Le mystère de l'eucharistie (33 – 35) *Il fit bien paraître l'excès de son amour pour nous (33, 1)*
    - b. L'acceptation des injures (36) *Quelque chose à offrir au Seigneur (36, 2)*
    - c. La redécouverte du *Notre Père* (37) *Quelle sublimité de perfection ! (37, 1)*
    - d. Quelques tentations à éviter (38 – 39) *Appliquez-vous sans cesse à l'humilité (38, 4)*
    - e. L'amour et la crainte de Dieu (40 – 41) *Deux places fortes qui tiennent en échec... (40, 2)*
    - f. La libération du mal (42) *Marque sûre que les faveurs reçues dans l'oraison sont de lui (42, 3)*

### Conclusion

1. Sujet : *Comprendre les grandes choses que nous demandons en récitant cette prière (42, 5)  
Tout le chemin spirituel s'y trouve... (42, 5)*
2. Destinataires : *À vous et à moi (42, 5)*
3. Origines : *Notre bon Maître nous instruit (42, 6)  
Mes sœurs... et le père présenté Báñez (42, 6-7)*