

## Exercice pour entendre dévotement la Sainte Messe pendant le Mois du Sacré Cœur

On gagne trois cents jours d'indulgence chaque fois qu'on emploie, pour entendre la sainte messe, la méthode de Saint Léonard de Port-Maurice. Ayez l'intention de gagner cette indulgence en vous servant de cet exercice, qui a été rédigé d'après cette méthode et dans l'esprit de la dévotion au cœur adorable de Jésus. La meilleure manière d'entendre la messe conformément à l'esprit de l'Église, est de s'unir aux sentiments du prêtre, qui l'offre pour acquitter les quatre grandes obligations que nous avons à remplir envers Dieu. La première de ces obligations est d'adorer et de louer sa majesté infinie; la seconde est de satisfaire pour tous nos péchés; la troisième, de remercier Dieu de tous ses bienfaits; la quatrième, de l'implorer comme l'auteur et le principe de toutes les grâces. Puisque, toutes les fois que vous assistez à la messe, vous participez, en quelque sorte, au saint office de sacrificateur que le prêtre remplit, vous devez tâcher de vous appliquer à la considération de ces quatre fins qu'il se propose lui-même en la célébrant. Dans ce but, partagez le temps du saint sacrifice en quatre parties, que vous emploierez de la manière suivante: il n'est pas nécessaire de s'astreindre aux paroles, il suffit d'entrer dans les sentiments qu'elles expriment.

### Première partie

#### *Depuis le commencement jusqu'à l'Évangile*

##### *Adorer et louer Dieu*

Lorsque la messe commence et que le prêtre, s'humiliant au pied de l'autel, récite le Je confesse à Dieu, efforcez-vous d'exciter dans votre cœur une véritable contrition de tous vos péchés, en vous unissant au cœur adorable de votre divin Rédempteur. Implorez ensuite l'assistance du Saint-Esprit par l'intercession de la très-sainte Vierge et de son chaste époux, saint Joseph, de vos saints patrons et de votre Ange gardien, afin d'entendre la messe avec tout le respect et toute la dévotion dont vous serez capable. Jusqu'à l'Évangile, adorez et louez la majesté infinie du Très-Haut, qui est digne d'hommages, d'honneurs, de louanges sans bornes. Pour cela, humiliez-vous avec votre adorable médiateur Jésus-Christ; abîmez-vous dans le sentiment de votre bassesse et de toute votre misère; reconnaissez votre néant devant le Créateur et le Maître de toutes choses, et dites-lui, aussi humilié dans le fond de l'âme que dans l'attitude de votre corps (car il faut toujours assister à la messe dans la posture la plus modeste et la plus respectueuse):

*« O mon Dieu, je Vous adore de toutes les puissances de mon être, et Vous reconnais pour mon Créateur, mon Souverain Seigneur, mon Maître absolu, mon premier principe et ma fin dernière. Je proteste, anéanti devant Vous, que tout ce que j'ai, tout ce que je suis, c'est de Vous seul que je le tiens; que Vous ne me devez rien et que je Vous dois tout; que mon âme et mon corps, ma vie et tout l'usage que je puis en faire, Vous appartiennent sans réserve: je Vous offre, en un mot, tous les hommages dont je suis capable. Mais Votre Souveraine Majesté mérite un honneur infini; hélas ! et je ne suis devant Vous qu'un ver de terre, indigne même d'être souffert en votre présence ! O Dieu ! dans mon impuissance que ferai-je donc pour Vous offrir une adoration et une louange dignes de Vous ?... Ah ! je Vous offrirai les humiliations, les anéantissements, les hommages de l'adorable Jésus sur cet Autel. Ce que mon Divin Médiateur fait ici, je veux le faire; je veux m'abaisser, m'humilier, m'anéantir avec Lui devant Votre grandeur suprême; je veux m'unir aux admirables sentiments de Son Divin Cœur; je me réjouis, je suis heureux de la soumission infinie qu'Il Vous rend ici pour moi, et dans laquelle Votre Majesté trouve toute Sa complaisance ».*

Ici, fermez le livre, et continuez à produire intérieurement des actes semblables, louant le Très-Haut de ce qu'il est si parfaitement honoré par le cœur de l'Homme-Dieu, et répétez avec ferveur à diverses reprises:

*« Oui, mon Dieu, je Vous bénis de ce qu'il m'est donné de Vous offrir en Jésus-Christ et par Jésus-*

*Christ un hommage digne de Vous. Je me complais dans l'honneur infini qui revient de cet auguste Sacrifice à Votre Majesté adorable; je voudrais en avoir la joie, la jubilation qu'en éprouvent les Saints et les Anges! »*

Ne vous mettez pas en peine de répéter mot à mot ces prières; mais servez-vous librement des paroles que vous suggérera votre piété. Tâchez surtout d'être bien recueilli, bien uni au cœur de votre divin Jésus, bien profondément anéanti avec cet adorable Sauveur devant la majesté infinie à laquelle est offert le saint sacrifice.

**Seconde partie**  
**Depuis l'Évangile Jusqu'à l'élévation**  
*Satisfaire à Dieu*

Pour vous acquitter de la seconde obligation pendant cette partie de la sainte messe, jetez un coup d'œil sur tous les péchés de votre vie, et à la vue de la dette immense que vous avez contractée envers la justice divine, dites avec un cœur contrit et humilié:

*« Voici, ô mon Dieu, cet ingrat, cet indigne a pécheur, qui tant de fois a osé se révolter contre Vous. Couvert de confusion, au souvenir d'une conduite si coupable envers le meilleur et le plus tendre des pères, je me jette humblement aux pieds de votre Divine Majesté, pour Vous demander pardon de mes égarements déplorables; je déteste, de tout mon cœur, mes innombrables fautes, pour lesquelles je dois une si grande expiation à votre sainteté infinie, que j'ai tant outragée. Ah! de moi-même je ne saurais rien Vous offrir en réparation de mes péchés, rien qui puisse être accepté par Votre Adorable Justice; mais le Divin Jésus me donne ici tous ses mérites, que je Vous présente sur cet Autel, en union avec les sentiments qui pénétraient Son Cœur sacré lorsqu'Il se dévouait pour tous les hommes dans toute la suite de Sa Passion. Oui, je Vous offre le Corps et le Sang de Votre Divin Fils, Dieu et homme tout ensemble, qui, en qualité de victime, va renouveler en ma faveur le grand Sacrifice de la Croix: Il va être ici, comme sur le Calvaire, mon médiateur tout-puissant; Il va Vous demander cet instant, ma faible et indigne voix à la voix si pure et si puissante de Son Sang adorable, et Vous demande en Lui et avec Lui Miséricorde et pardon pour toutes mes offenses envers Votre Divine Majesté, pour tout ce qui a pu Vous déplaire en moi jusqu'à ce jour. O Dieu de mon cœur, Vous auriez, sans aucun doute, le droit de Vous montrer sourd à mes gémissements et à mes larmes; mais Vous ne sauriez fermer l'oreille de Votre Clémence à la prière du Cœur de Votre Divin Fils, qui Vous offre pour moi sur l'Autel un Sacrifice propitiatoire, où Votre Justice reçoit abondamment tout ce qui Lui est dû. Ah! j'espère, avec une entière confiance, qu'en vertu de ces mérites de mon Sauveur, vous daignerez me faire grâce pour toute ma vie passée, dont je ne cesserai de pleurer le mauvais usage jusqu'à mon dernier soupir ».*

Pendant que le Prêtre lit l'Évangile, vous pouvez, vous représenter Notre-Seigneur vous adressant ces paroles : « Bienheureux les pauvres d'esprit. Bienheureux ceux qui pleurent; ceux qui ont faim et soif de la sainteté, ceux qui sont doux, ceux qui sont miséricordieux. Bienheureux ceux qui ont le cœur pur, ceux qui ont l'esprit pacifique, ceux qui souffrent persécution pour la justice. Que sert à l'homme de gagner tout l'univers, s'il vient à perdre son âme? Si quelqu'un veut venir après moi, qu'il renonce à lui-même, qu'il porte sa croix et qu'il me suive. Prenez mon joug sur vous, car mon joug est doux et le fardeau que j'impose est léger, etc.

Puis, ayant fermé le livre, répétez avec ferveur des actes d'une véritable contrition; donnez un libre cours aux affections de votre cœur; dites à Jésus, du fond de votre âme:

*« Mon bien-aimé Sauveur, oh ! donnez-moi, je Vous en conjure, donnez-moi les larmes de Saint Pierre, la contrition de Sainte Marie-Madeleine, la douleur sincère de tous les Saints qui, de pécheurs, devinrent des modèles de conversion, afin que j'obtienne, par cet adorable Sacrifice, la*

*grâce de devenir moi-même un véritable pénitent, et la rémission des peines satisfactoires dues à Votre Justice. O Cœur adorable de mon Jésus, daignez me pénétrer d'horreur pour toute espèce de péchés, daignez me faire participer aux sentiments qui Vous animent dans le Mystère adorable de l'Autel ! »*

Réitérez ces mêmes actes, tout recueilli en Dieu, surtout pendant l'élévation; et unissez-vous, de toutes vos forces, au cœur de ce bon Jésus qui vous est si admirablement dévoué. En récitant, pendant l'élévation, la prière suivante : « *Loué et remercié soit à chaque instant le très Saint et très Divin Sacrement de l'Autel* », on gagne une indulgence de cent jours, applicable aux âmes du Purgatoire.

### **Troisième partie** ***Depuis l'élévation jusqu'à la Communion*** *Remercier Dieu*

Dans cette troisième partie de la messe, considérez les précieux et innombrables bienfaits dont Dieu vous a comblé; pensez à toutes les grâces qu'il a répandues sur vous depuis que vous êtes au monde, soit à celles qui vous sont communes avec vos frères en Jésus-Christ, soit à celles qui vous sont particulières et qui doivent exciter à jamais dans votre cœur un amour sans mesure pour le Dieu de toute bonté. Mais sentez en même temps l'impuissance où vous êtes de reconnaître dignement tant de grâces; estimez-vous heureux d'avoir, dans le Saint Sacrifice de l'Autel, de quoi remercier le Seigneur comme Il le mérite; présentez-Lui, pour tous les bienfaits dont vous Lui êtes redevable, le Corps et le Sang adorables de Jésus, victime d'un prix infini; présentez-Lui les remerciements, les louanges ineffables que Son Divin Cœur ne cesse, dans l'Eucharistie, de faire monter vers le Père Céleste; et, dans les pieux élans de Votre gratitude, invitez tous les Anges et tous les Saints à se joindre à Vous pour louer Dieu en union avec ce Cœur Adorable:

*« Voici, ô mon Dieu, celui que Vous n'avez cessé de combler de toutes sortes de bienfaits, depuis le jour où, par une grâce ineffable, Vous avez daigné me régénérer dans les saintes eaux du Baptême. Ah ! pour tant de bontés, que Vous rendrai-je?... Et que ne Vous dois-je pas aussi pour les grâces que Votre Divine Providence me destinait et dont j'ai été privé par ma faute ? Oui, je me plais à confesser devant Vous que Vos Miséricordes à mon égard sont véritablement infinies... Cependant, par un prodige admirable de Votre Amour, je puis ici Vous offrir des actions de grâces qui égalent Votre libéralité. En reconnaissance de ce qu'il Vous doit, mon cœur Vous présente par les mains du prêtre cette hostie d'agréable odeur, ce Corps Divin, ce Sang Divin, cette offrande dont le prix est infini comme le prix de vos bienfaits. Ce don, qui est au-dessus de tous les dons, ne vaut-il pas tous ceux que Vous avez daigné me départir, tous ceux que Vous m'accordez à chaque instant ? Et les actions de grâces que le Cœur Adorable de Jésus Vous offre pour nous dans cet auguste Sacrifice, ne compensent-elles pas tout ce que je suis dans l'impuissance de rendre moi-même à Votre Divine Majesté ? Ah ! souffrez, ô mon Dieu, que, tout indigne qu'il est, mon cœur s'unisse à ce Divin Cœur pour Vous bénir, pour Vous louer avec Lui et par Lui ! Et vous, Esprits bienheureux, vous, Saints et Saintes du ciel, unissez vous à moi pour que mon cœur soit moins indigne de s'unir lui-même à celui de mon Jésus ! »*

Oh ! avec quelle douce complaisance le Dieu de toute bonté ne recevra-t-il pas le témoignage de votre reconnaissance, unie de la sorte à celle des Anges et des Saints, dans le Cœur et par le Cœur de Son Divin Fils ! A ces pieux et tendres sentiments ajoutez l'invocation de votre Ange gardien, de vos saints patrons et des autres Saints auxquels vous avez une dévotion particulière: dites-leur avec effusion:

*« O vous! mon bon Ange, qui, sans cesse, veillez sur moi, ô vous! mes saints patrons, vous aussi que j'ai choisis spécialement pour mes protecteurs, prêtez-moi vos sentiments, afin qu'en union avec le*

*Cœur de mon Jésus, j'offre à Dieu le juste tribut de ma reconnaissance ».*

Entretenez-vous dans ces tendres et pieuses affections, et, pour les rendre plus agréables au Seigneur, unissez-vous en esprit à toutes les messes qui se célèbrent en ce moment dans tout l'univers Catholique.

**Quatrième partie**  
***Depuis la Communion jusqu'à la fin***  
*Implorer Dieu*

Pendant que le prêtre communit, faites la communion spirituelle, si vous ne devez pas avoir le bonheur de recevoir vous-même le divin sacrement. Pour cela faites un acte de foi vive sur la présence réelle de Jésus-Christ dans l'Eucharistie, un acte d'humilité et de contrition, et un acte de désir de le recevoir:

*« Oui, je le crois, ô mon Divin Jésus, Vous êtes ici présent sous les apparences eucharistiques, aussi présent que Vous l'êtes dans le Ciel, où Vous manifestez Votre Gloire aux élus. Je le crois, parce que Vous l'avez dit, et que ce que Vous avez dit m'est enseigné d'une manière infaillible par Votre Sainte Église, que Vous avez promis d'assister dans son enseignement jusqu'à la fin des siècles. Je le crois, et, en témoignage de ma Foi, je Vous rends ici l'hommage d'adoration qui n'est dû qu'à Vous seul. Je suis bien indigne, hélas ! Non-seulement de Vous recevoir dans cet auguste Sacrement, mais de paraître devant Votre souveraine majesté. Je m'humilie donc profondément de toutes mes misères, et Vous demande pardon, par amour pour Vous, de tout ce qui dépare mon âme à Vos yeux, Vous suppliant d'user envers moi de votre suprême indulgence. Oh ! daignez, daignez avoir pitié de moi et venir du moins spirituellement me visiter. Venez, venez, je Vous désire; venez fortifier ma faiblesse, venez exciter ma langueur, venez embraser mon âme de Votre Divin Amour. Je Vous désire comme mon Salut et ma Vie, comme mon unique et souverain Bien. Venez, ô doux Jésus, venez unir Votre Divin Cœur à mon misérable cœur, afin que le mien, comme transformé, vive en quelque sorte désormais de la vie du Vôtre ! »*

Puis, recueillez-vous aux pieds de Jésus, comme si vous veniez d'avoir le bonheur de participer au banquet céleste; offrez-vous, donnez-vous tout entier au Cœur Sacré de Votre Sauveur adorable. Ainsi uni à ce Divin Médiateur, du moins par un tendre amour, que votre cœur s'abandonne à la plus grande confiance. Demandez avec une Foi vive toutes les grâces dont vous avez besoin, vous souvenant que c'est Jésus qui prie et demande en vous et pour vous:

*« O Dieu de mon âme, je me reconnais souverainement indigne de Vos grâces: j'avoue humblement devant Vous que je ne mérite aucunement d'être exaucé, à cause de la multitude et de la gravité de mes fautes. Mais pourriez-Vous n'avoir pas pour agréable la prière que Votre Adorable Fils vient de Vous adresser pour moi sur cet Autel, où il s'est offert tout entier à Votre gloire?... Au nom et par les mérites infinis de ce Divin Sauveur, daignez donc recevoir favorablement les demandes que j'ose Vous faire. Daignez m'accorder tous les secours dont Vous savez que j'ai le plus de besoin pour réussir dans la grande affaire de mon Salut; oubliant tous mes péchés (je vous en supplie plus que jamais, avec une entière confiance, par la médiation du Cœur de mon doux Jésus), daignez m'accorder la correction de mon principal défaut, l'avancement dans les vertus chrétiennes, la grâce de la persévérance finale dans le bien. J'ose Vous demander encore, ô mon Dieu, la conversion des infidèles, celle de tous les pécheurs, et particulièrement de ceux qui me sont unis par de tendres liens; l'exaltation de la Sainte Eglise et la cessation de tous les maux qui l'affligent; la persévérance des justes et leur progrès continuels dans les voies de la perfection évangélique. Je Vous conjure, enfin, de m'accorder la délivrance de toutes les âmes qui souffrent dans le Purgatoire, et spécialement de celles qui ont des droits particuliers à mes prières. Ah ! par l'efficacité de ce Divin sacrifice, élargissez toutes ces âmes qui Vous aiment et que Vous aimez si*

*tendrement, afin qu'elles vous glorifient dans le Ciel, et qu'elles y intercèdent pour nous, pauvres exilés sur la terre, exposés à tant de dangers qui peuvent nous faire perdre le bonheur éternel ».*

Demandez avec assurance, demandez pour vous, pour vos parents, pour vos amis, pour vos bienfaiteurs, pour ceux qui se sont recommandés à vos prières, demandez tout ce que vous voudrez, en union avec le cœur de Jésus, et vous l'obtiendrez.

### ***Invocation des Mérites de Jésus***

*« Ame très Sainte de Jésus, sanctifiez-moi. Cœur très ardent de mon Jésus, embrasez-moi de Votre Amour ; Corps Sacré de mon Jésus, savez-moi ; Très Précieux Sang de mon Jésus, remplissez-moi d'une sainte ivresse ; Eau très pure, qui sortîtes du Côté de mon Jésus, lavez-moi de toutes mes souillures ; Sueur pleine de vertu, qui coulâtes du Visage de mon Jésus, guérissez-moi de toutes mes misères ; Passion de mon Jésus, fortifiez-moi ; O mon Jésus, daignez m'exaucer ; cachez-moi dans Vos Saintes Plaies ; ne permettez pas que je sois jamais séparé de Vous ; défendez-moi contre la colère de mes ennemis ; appelez-moi à l'heure de ma mort ; ordonnez que j'aie à Vous, et placez-moi près de vous, afin que je Vous loue et Vous bénisse avec Vos Anges et Vos Saints pendant l'éternité. Ainsi soit-il ».*

La messe étant finie, faites un acte de remerciement au Seigneur: *« C'est de tout le cœur, ô Dieu tout bon et tout puissant, que nous Vous rendons grâces de Vos inestimables bienfaits, par Notre-Seigneur Jésus-Christ, qui vit et règne avec Vous, dans l'unité du Saint-Esprit, aux siècles des siècles. Ainsi soit-il ».*

Sortez ensuite de l'église aussi touché de pieux sentiments que si vous descendiez du Calvaire, et tâchez, pendant tout le jour, de tenir votre cœur tendrement uni au Cœur Sacré de votre Divin Jésus, sanctuaire adorable, asile chéri du vrai fidèle.