

sont tous marqués au coin de la plus profonde sagesse et de la plus haute sainteté : Oh ! c'est que là, le cher Père parle avec compétence d'un sujet qu'il connaît par une longue et quotidienne expérience. « En fait de perfection, disait-il lui-même, on ne doit demander conseil qu'à ceux qui pratiquent : ceux-là seuls s'y entendent. Demande-t-on à un forgeron des leçons de rhétorique ? Chacun son métier ; notre métier à nous, c'est d'observer le Saint Evangile. » D'ailleurs tous les avis spirituels du P. Arsène peuvent tenir dans ces deux mots : *le dépouillement de soi-même, l'union à Dieu.*

#### RÉSUMÉ DE PERFECTION

Faire tous les ans une bonne retraite, et se souvenir que plus le coup porté au vieil homme sera rude, moins il aura espoir de se relever.

Méditer profondément, et jusqu'à pleine conviction, la fin de l'homme et le néant de ce qui passe.

Se pénétrer si vivement de la laideur, des châtimens et des suites du péché mortel et du péché véniel que pour rien au monde on ne consente à les commettre.

Songer que si les damnés pouvaient subir une nouvelle épreuve, ils ne négligeraient aucun moyen, aucune occasion de travailler à la gloire de Dieu et à leur salut : or, nous sommes plus redevables encore à Dieu qui nous a préservés de l'enfer.

Choisir ses amis parmi les fervens, et éviter la compagnie des tièdes qui se rient des petites choses.

Fréquenter avec amour et assiduité les Sacrements.

Ne jamais s'excuser, à moins qu'on ne demande une explication.

Ne jamais parler des absents sinon en bonne part.

Ne jamais parler de soi sinon pour s'accuser.

S'exciter continuellement à l'acquisition de la plus éminente sainteté.

Faire avec diligence et ponctualité, chaque jour, l'examen de conscience général et particulier.

Chaque mois, faire une revue de ses résolutions, se demandant où l'on en est de sa réforme spirituelle.

Garder avec tant de soin la pureté de sa conscience qu'on n'ait presque aucune faute délibérée à accuser.

S'habituer à avoir une vie occupée et utile.