



Une dévotion simple à la puissance spirituelle extraordinaire

Introduction : Le petit peut être immense

À une époque où l'on recherche l'extraordinaire dans le spectaculaire, la foi catholique nous rappelle que les plus grandes choses sont souvent cachées dans les plus petites. C'est le cas d'une pratique dévotionnelle aussi simple que puissante : les « **Trois Ave Maria** » **récités le soir**. Saint Antoine-Marie Claret, grand missionnaire du XIXe siècle et fondateur des Missionnaires Clarétains, recommandait ardemment cette coutume, affirmant qu'elle avait un **effet puissant contre le démon**, en plus d'offrir une protection spirituelle et une croissance dans la grâce.

Cet article est une invitation à redécouvrir ce joyau oublié de la spiritualité populaire, aux racines théologiques profondes et à l'utilité incommensurable pour la vie chrétienne.

I. Qui était saint Antoine-Marie Claret ?

Avant d'entrer dans le cœur de cette dévotion, il convient de mieux connaître le saint qui l'a promue. **Saint Antoine-Marie Claret (1807-1870)** fut archevêque de Santiago de Cuba, confesseur de la reine Isabelle II d'Espagne, et l'un des plus grands missionnaires du XIXe siècle. Fondateur des **Fils Missionnaires du Cœur Immaculé de Marie**, sa vie fut marquée par un zèle ardent pour les âmes, un amour de l'Eucharistie et de la Vierge Marie, et un combat constant contre les forces du mal.

Claret ne parlait pas en théorie lorsqu'il recommandait certaines pratiques spirituelles ; il parlait avec l'expérience d'une âme profondément unie à Dieu, qui avait connu des combats spirituels réels et tangibles. C'était un mystique, un ascète, un homme profondément eucharistique et marial.

II. Origine de la dévotion des « Trois Ave Maria »

La pratique de réciter trois Ave Maria avant de se coucher **ne vient pas de saint Antoine-Marie Claret**, mais il l'a **vivement popularisée**, convaincu de son efficacité contre les



attaques démoniaques. Cette dévotion est beaucoup plus ancienne, liée à **sainte Mechtilde de Hackeborn**, une religieuse bénédictine du XIIIe siècle. Selon ses visions mystiques, **la Vierge Marie aurait promis une protection spéciale à ceux qui récitent chaque soir trois Ave Maria en l'honneur des trois privilèges que Dieu lui a accordés :**

1. **La puissance donnée par le Père**
2. **La sagesse donnée par le Fils**
3. **L'amour et l'intercession donnés par l'Esprit Saint**

Saint Alphonse de Liguori recommandait lui aussi ardemment cette dévotion. Mais c'est Claret qui, dans le contexte du XIXe siècle marqué par de nombreux dangers spirituels et sociaux, a de nouveau insisté sur le fait que cette **arme simple était particulièrement efficace contre le démon**.

III. Fondement théologique des « Trois Ave Maria »

L'Ave Maria n'est pas une formule magique, mais une prière d'une richesse théologique immense. Chaque Ave est un acte de foi, une reconnaissance du rôle unique de Marie dans le plan du salut, et une supplication pleine de confiance.

1. **Prier le Père par Marie (Puissance du Père) :**

Marie est la fille bien-aimée du Père. Sa maternité divine est le fruit du dessein éternel du Père, qui l'a préparée par son Immaculée Conception. L'invoquer, c'est se réfugier sous l'autorité du Père.

2. **Prier le Fils par Marie (Sagesse du Fils) :**

Elle est la Mère du Verbe incarné. Son « fiat » a rendu possible l'Incarnation. Elle a pleinement participé à la sagesse rédemptrice du Christ. L'invoquer, c'est puiser dans la sagesse qui jaillit du Cœur du Christ.

3. **Prier l'Esprit Saint par Marie (Amour de l'Esprit) :**

Elle est l'Épouse de l'Esprit Saint. L'Esprit l'a couverte de son ombre, et depuis, Il habite en elle. Prier Marie, c'est s'ouvrir à l'action sanctifiante de l'Esprit.

Ainsi, réciter trois Ave Maria, c'est **faire appel à la Vierge Marie dans ses trois grandes relations trinitaire**, ce qui donne à cette dévotion une profondeur spirituelle et théologique immense.



IV. Pourquoi chassent-ils les démons ?

Saint Antoine-Marie Claret affirmait que cette pratique quotidienne repoussait les démons. Pourquoi ? Non par superstition, mais par **réalisme spirituel**. Dans ses écrits, Claret raconte des expériences où l'invocation du nom de Marie et la prière des Ave Maria faisaient fuir les démons dans la souffrance.

Cela s'appuie sur l'**anthropologie chrétienne** et l'enseignement traditionnel de l'Église :

- **Le démon hait la Vierge Marie**, car son humilité a vaincu son orgueil.
- **Chaque Ave Maria est une proclamation de la victoire du Christ et de Marie.**
- L'humilité de Marie, célébrée dans l'Ave Maria, est une épée contre l'orgueil de Lucifer.
- **L'Ave Maria, dans le Rosaire et les prières mariales, a toujours été une arme de combat spirituel.**

Dans la Genèse, Dieu dit au serpent :

« *Je mettrai une hostilité entre toi et la femme, entre ta descendance et sa descendance ; celle-ci t'écrasera la tête* » (Genèse 3,15).

Ce passage, appelé *Protoévangile*, est interprété par la tradition chrétienne comme une prophétie de Marie, la nouvelle Ève, victorieuse sur le mal.

V. Application pratique : Comment les réciter chaque soir ?

Saint Antoine-Marie Claret recommandait de le faire avant de se coucher, avec dévotion, humilité et confiance. Voici un guide spirituel simple et profond :

□ **Guide spirituel du soir pour les « Trois Ave Maria »**

1. **Prépare ton âme dans le silence.** Éteins ton téléphone, respire profondément. Reconnais que le jour se termine et confie ton âme à Dieu.
2. **Fais lentement et avec révérence le Signe de la Croix.**
3. **Récite trois Ave Maria**, un pour chaque Personne Divine :
 - Premier Ave Maria, en l'honneur de la **Puissance du Père** en Marie.
 - Deuxième Ave Maria, en l'honneur de la **Sagesse du Fils** en Marie.
 - Troisième Ave Maria, en l'honneur de **l'Amour de l'Esprit Saint** en Marie.



4. **Ajoute après chaque Ave Maria cette brève invocation (facultative mais traditionnelle) :** « Par ta pure et immaculée conception, ô Marie, purifie mon corps et sanctifie mon âme. »
5. **Dis une prière de consécration mariale (facultatif) :** « Ô ma Dame, ô ma Mère, je me donne tout entier à vous... »
6. **Termine par un acte de confiance en Dieu et repose-toi dans sa providence.**

Ce moment de prière ne dure que quelques minutes, mais ses fruits spirituels peuvent être éternels.

VI. Actualité de cette pratique aujourd'hui

Dans un monde marqué par l'anxiété, l'insécurité spirituelle et la confusion morale, de nombreux chrétiens ont l'impression d'être désarmés spirituellement. La dévotion des trois Ave Maria est l'une de ces « petites » armes puissantes qui peuvent restaurer la **vie de prière**, la **confiance dans l'intercession mariale**, et la **protection spirituelle** dont tant d'âmes ont besoin.

Cette pratique peut être intégrée dans la **catéchèse familiale**, la **formation des enfants**, les **groupes de jeunes**, les **communautés religieuses**, et les **mouvements laïcs**. Elle est simple, mais pleine de profondeur et de force mystique.

VII. Témoignage des saints et du Magistère

Saint Alphonse de Liguori écrivait :

« Si une personne persévère fidèlement dans cette pratique tout au long de sa vie, elle obtiendra certainement de grandes grâces et la persévérance finale. »

Le pape Léon XIII, grand dévot de Marie et promoteur du Rosaire, a également béni cette pratique à plusieurs reprises, encourageant les fidèles à l'adopter.



Conclusion : Marie, force des humbles

En fin de compte, les « Trois Ave Maria » ne nous enseignent pas seulement une dévotion particulière, mais un mode de vie : **confier chaque jour, chaque nuit, à Marie**, la Mère qui ne dort jamais, la Reine des anges, la victorieuse sur le démon.

Si tu cherches une pratique spirituelle à la fois simple et solide, **commence dès ce soir**. Mets-toi à genoux, récite trois Ave Maria avec un cœur ouvert, et laisse la grâce agir dans ton âme.

□ Recommandation finale

Fais-le pour toi. Fais-le pour tes enfants. Fais-le pour l'Église.

Le ciel est plus proche quand on invoque la Mère.

« Dieu résiste aux orgueilleux, mais il donne sa grâce aux humbles.

» (Jacques 4,6)

Et il n'y a pas de prière plus humble ni plus puissante que l'Ave Maria récité avec amour.