



Seigneur
Apprends-nous à prier

En paroisse, cinq soirées et un week-end sur la prière
les jeudis de Carême de 20 h 30 à 22 h à la cure (entrée place Bernard)

Texte des interventions des cinq soirées

Mars 2024

I- Seigneur, apprends-nous à prier

P. Dominique Blot

Et il advint, comme il était quelque part à prier, quand il eut cessé, un de ses disciples lui dit: "Seigneur, apprends-nous à prier, comme Jean l'a appris à ses disciples." (Lc 11,1)

Qui ne rêve pas d'avoir une prière qui soit vraie, authentique ? Que cette question des Apôtres au Seigneur devienne aussi la nôtre. En voyant prier Jésus, ils s'aperçoivent combien leur prière est pauvre. La prière n'est pas innée. Elle s'apprend et elle est même un don que l'on doit demander au Seigneur.

-« Seigneur » : c'est ainsi qu'ils interpellent Jésus. Reconnaître que Lui seul peut donner le goût et la fidélité dans la prière. Il est le roi, mais aussi le maître qui enseigne. Et constatez comment il enseigne non pas par des paroles, mais par son attitude, sa manière d'être, son maintien. Nous devons donc apprendre de Jésus comment prier. C'est rassurant, car nous avons à la fois un maître et un modèle.

Cette scène rejoint une autre scène : « Et il advint, comme il était à prier, seul, n'ayant avec lui que les disciples, qu'il les interrogea en disant: "Qui suis-je, au dire des foules?" (Lc 9,18). Jésus commence par prier, comme tant de fois dans les Évangiles, et ensuite il pose la question à ses disciples sur son identité. « Qui suis-je pour toi ? ». Dans la prière, je commence par reconnaître qu'il est « Seigneur ».

« Apprends-nous à prier », telle est la demande des Apôtres. Nous ne savons pas prier de nous-mêmes et par nous-mêmes. Il faut l'accepter. Nous sommes si faibles, si inconstants. Tout à l'heure nous allons prendre un temps d'une demi-heure de prière. Il y aura un combat. Mais il sera encore plus grand encore demain et les autres jours, quand je serai seul. C'est pourquoi, que chacun fasse sienne cette demande « Seigneur apprends-nous à prier. » Au début de cette session, faisons comme si nous ne savions rien de la prière, que nous avons tout à apprendre. Essayons de nous débarrasser peut-être de mauvaises habitudes de prière, de déceptions dans la prière, de découragements dans la prière, et même de nos formes de prière habituelles. Demandons au Seigneur un cœur neuf et d'écrire avec lui une nouvelle page. Ouvrons une page toute blanche où il pourra écrire la vraie prière de Jésus qui deviendra la mienne. Cette session ne veut pas être seulement 5 soirées sur la prière. Elle veut être une entrée dans une vie de prière quotidienne. Pour chaque jour qui nous sépare de Pâques, j'entrerai dans la prière du Christ pour un temps que je lui consacre dans la journée. C'est à une conversion dans ma manière de prier à laquelle je suis appelé. Les 5 soirées ne sont là que pour nous aider à retrouver le vrai sens de la prière que nous donne Jésus. Elles sont 5 étapes où, nous nous aiderons dans l'Église à trouver le chemin de la prière. L'enjeu est notre prière quotidienne.

Il ne s'agit pas ici de parler des formes de prière (adoration, oraison, chapelet...), mais d'entrer dans la prière.

Mais reprenons ensemble cette scène évangélique. Faisons-nous un des Apôtres. Alors nous aussi, nous sommes dans l'étonnement de voir cet homme prier. L'Évangéliste Luc présente Jésus en prière, c'est-à-dire dans sa relation intime avec son Père.

Le lieu de cette prière reste vague, pour indiquer une indétermination : « Un certain lieu ». Cette indétermination nous interroge. Il est vrai que certains lieux seront plus propices à la prière, mais ne soyons pas plus exigeants qu'il ne le faut sur le lieu de la prière. En tout lieu, en fait, je peux prier, même si je préfère être dans tel ou tel endroit. Dans l'Évangile, c'est tout l'espace où Jésus se trouve qui s'ouvre à sa prière et qui déborde jusqu'aux apôtres qui le regardent. Et les Apôtres, c'est l'Église. L'Église est partout. Elle est partout chez elle. Là où un chrétien prie, elle est présente et elle rend présent le Christ.

Les moments de prière pendant les 5 soirées seront devant différents supports pour aider chacun à prier en tout lieu : 1) St Sacrement, 2) Icône du Christ 3) Icône de la Ste Trinité. 4) Croix 5) une icône de la Pentecôte.

La prière est une relation d'amitié et la charité est une amitié. « *Je ne vous appelle plus serviteurs, mais amis.* »

L'amitié n'est pas un amour quelconque, mais c'est un amour qui s'accompagne de bienveillance. J'accueille la bienveillance de Dieu à mon égard, car je suis plus que son serviteur, je suis son ami dans Jésus et par Jésus. Et je suis bienveillant au sujet de Dieu. Je me prépare à être présent pour lui. Je lui crée un espace pour lui, espace de temps, espace spirituel, espace du cœur et de l'âme que je lui réserve, par bienveillance.

Mais la bienveillance ne suffit pas encore pour définir l'amitié. Il faut aussi qu'il y ait réciprocité. Un ami est l'ami de celui qui est lui-même son ami. Et pour qu'il y ait réciprocité, il faut une certaine communication, un échange, un dialogue, une présence mutuelle où chacun s'accepte comme il est et s'enrichisse de la richesse de l'autre. C'est cela la prière. Or, ici cette communication de l'homme avec Dieu, c'est la prière par laquelle cet échange, cette communication se fait.

Cette session ne se focalisera pas sur les formes de prière. Elles sont certes importantes. Mais nous essaierons de faire l'expérience à nouveau d'une relation d'amitié avec le Seigneur. Car c'est le Seigneur qui le veut. L'Alliance biblique entre Dieu et l'homme qualifie cette relation d'amitié comme « un face-à-face » et nous propose deux modèles qui sont comme deux étapes pour entrer dans cette relation d'amitié avec le Seigneur ? Notons qu'à chaque fois c'est Dieu qui a l'initiative :

- I. Abraham. En Gn 15,5, Dieu dit à Abraham « *Lève les yeux au ciel* ». En fait le verbe hébreu suggère plutôt la traduction suivante : « *Regarde du haut du Ciel.* » C'est avec ce regard qu'Abraham est invité à regarder sa vie, les personnes qui l'entourent, les événements vécus. La prière authentique m'aide à regarder ma vie et ce qui l'entoure avec le regard de Dieu. Ensuite, la prière d'Abraham est admirable : il se situe en vérité face à Dieu. Sainte Catherine de Sienne l'avait relevé, Abraham s'adresse à un Dieu qui est tout, alors que lui n'est rien. L'humilité dans la prière est indispensable pour être dans la vérité face à Celui auquel nous nous adressons : « *j'ose parler à mon Seigneur, moi qui suis poussière et cendre* » (Gn 18, 27).
- II. Moïse. L'évènement du buisson ardent est la figure primordiale de la prière chrétienne. Dieu est le Dieu vivant et il veut associer Moïse au salut des hommes. Dans la prière, ce face-à-face, Dieu nous appelle à nous associer au salut des hommes. Or, « *Dieu parlait à Moïse face à face, comme un homme parle à son ami* » (Ex 33, 11). Dans cette intimité avec le Dieu fidèle, lent à la colère et plein d'amour (cf. Ex 34, 6), Moïse a puisé la force et la ténacité de son

intercession. On ne prie pas pour soi. On prie Dieu pour Dieu et pour participer à l'œuvre de salut de Dieu.

Les partages en petits groupes qui vont suivre ne sont pas des lieux de débats. Mais l'on s'écouterà les uns les autres. Et on y parle que de la prière. Leur composition ne bougera pas d'un jeudi sur l'autre. Ils sont confidentiels, en espérant que la confiance grandisse entre les membres du groupe.

Le but de la session est de nous aider les uns les autres à prier tous les jours. Chacun s'engage à prier tous les jours, pour un temps dont il détermine la durée lui-même.

II- La prière : les richesses d'une amitié avec Dieu

Vincent Daronnat

Aujourd'hui nous allons nous centrer sur ce qui est l'essentiel de la Bonne nouvelle : nous sommes invités à vivre en amitié avec Dieu, dès maintenant et pour l'éternité.

Nous partirons des approches préchrétiennes de la prière pour arriver à cette richesse inouïe de la prière chrétienne : vivre un lien d'amitié avec Dieu lui-même. Nous verrons enfin que ce lien est un don gratuit, qui se déploie dans le temps.

1. Approches préchrétiennes de la prière

La prière chrétienne se distingue d'abord de la méditation ; elle se démarque également de la prière du paganisme ; enfin, elle accomplit les sacrifices de l'Ancien testament dans une relation d'amitié avec le Tout-Puissant.

Les limites de la méditation

Notre époque connaît un regain d'intérêt pour les pratiques méditatives qui pourraient être confondues avec la prière. Mais elles diffèrent sur un point essentiel.

Dans les pratiques méditatives, qui visent à remettre en circulation l'énergie vitale, à se détacher des passions, l'effet d'apaisement est recherché pour lui-même, pour supprimer le sentiment de souffrance¹. Comme dans les méthodes de développement personnel, on reste centré sur soi, sur son bien-être, et non ouvert à la présence d'un autre, de Dieu, le tout-Autre.

Il en va de même pour les méditations plus conceptuelles proposées par les différentes écoles de philosophie : par une élaboration mentale, cette approche produit une connaissance, composée de représentations, qui évoluent en s'affinant. Ce travail intellectuel qui peut sembler attrayant, même fascinant, reste dans le domaine de la pensée : il ne produit pas de rencontre avec les réalités qu'il évoque.

La prière du paganisme dépasse déjà cet horizon purement humain pour accéder à un autre ordre de réalité.

La prière du paganisme

Les religions païennes prient. Elles prient leurs dieux de les épargner. Elles offrent en sacrifice des fruits de la terre, des animaux et même des humains pour apaiser leur courroux supposé, qui se manifeste par les catastrophes, les maladies, les défaites, etc. La prière est un moyen de s'assurer la bienveillance divine. Comme on courtise un potentat pour être dans ses petits papiers, pour bénéficier des faveurs qu'il réserve à ses favoris, on espère obtenir une situation la plus favorable possible.

¹ "Le but ultime du yoga, c'est la libération des souffrances.", selon Carolina de la Cuesta, happycultrice et professeur de Yoga à Paris

Il y a bien un début de relation avec le monde du divin, mais c'est une relation de soumission, comme celle d'un esclave avec son maître. Le Judaïsme va apporter une optique très différente, celle de la relation d'un père et de son fils.

Les sacrifices de l'Ancienne alliance

Les sacrifices offerts à Dieu dans l'Ancien testament ne cherchent plus à apaiser un Dieu arbitraire, capricieux et colérique, car celui-ci se révèle justement "lent à la colère, plein d'amour et de vérité" (Gn 34, 6) : ils peuvent être une contribution pour demander le pardon des péchés, car l'amour de Dieu peut s'enflammer de colère quand son peuple bien-aimé se détourne de lui, mais ils peuvent être aussi des sacrifices d'action de grâce ou des sacrifices de communion, qui n'attendent rien en retour.

Dans tous les cas, le cadre de ces sacrifices est l'alliance avec Dieu, une relation privilégiée manifestée dans le premier des commandements : "Écoute, Israël : le Seigneur notre Dieu est l'Unique. Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta force." (Dt 6,5). Par la bouche du prophète Jérémie, Dieu affirme même : "Je suis un père pour Israël" (Jr 31, 9)

Même si malheureusement, il semble que peu à peu, cette relation s'est distendue et sclérosée dans une pratique desséchée², pour le croyant de la Bible, la prière n'est donc pas une pratique de rites dont l'accomplissement garantirait la bienveillance divine, ou dont la mise en œuvre appliquée et scrupuleuse assurerait de façon mécanique d'être en règle avec Dieu. C'est autre chose : c'est une proximité du cœur, une rencontre, dont la figure de Moïse est un témoin magnifique, "*Lui que le Seigneur rencontrait face à face*" (Dt 34,10), "*comme on parle d'homme à homme*" (Ex 33, 11).

C'est ce que va pleinement déployer la prière chrétienne, qui découle de la grâce reçue au baptême.

2. La prière chrétienne : un lien filial avec le Dieu vivant

La prière chrétienne est unique dans l'ensemble des démarches religieuses : elle est un lien réel avec le Dieu vivant, "*ce que l'œil n'a pas vu, ce que l'oreille n'a pas entendu, ce qui n'est pas venu à l'esprit de l'homme, ce que Dieu a préparé pour ceux dont il est aimé.*" (1 Co 2, 9).

Cette nouveauté radicale a été annoncée par les prophètes ; elle est instaurée par Jésus ; les saints lui rendent témoignage, chacun à sa façon.

L'annonce dans l'Ancienne alliance

Deux passages de l'Ancien testament annoncent de façon claire la nouveauté du lien que Dieu veut offrir à ses enfants, ce qui montre la filiation particulière entre la prière juive et la prière chrétienne.

D'abord Jérémie :

² Isaïe reproche par exemple : "Ce peuple s'approche de moi en me glorifiant de la bouche et des lèvres, alors que son cœur est loin de moi, parce que la crainte qu'ils ont de moi n'est que précepte enseigné par les hommes." (Is 29, 13)

“ Voici venir des jours – oracle du Seigneur –, où je conclurai avec la maison d’Israël et avec la maison de Juda une alliance nouvelle. Ce ne sera pas comme l’Alliance que j’ai conclue avec leurs pères, le jour où je les ai pris par la main pour les faire sortir du pays d’Égypte : mon alliance, c’est eux qui l’ont rompue, alors que moi, j’étais leur maître – oracle du Seigneur. Mais voici quelle sera l’Alliance que je conclurai avec la maison d’Israël quand ces jours-là seront passés – oracle du Seigneur. Je mettrai ma Loi au plus profond d’eux-mêmes ; je l’inscrirai sur leur cœur. Je serai leur Dieu, et ils seront mon peuple. Ils n’auront plus à instruire chacun son compagnon, ni chacun son frère en disant : « Apprends à connaître le Seigneur ! » Car tous me connaîtront, des plus petits jusqu’aux plus grands – oracle du Seigneur.” (Jr 31, 31-34)

Dieu annonce lui-même les contours de l’alliance qu’il veut conclure avec les hommes : ce ne sera plus une loi extérieure à laquelle on se conforme pour être fidèle, mais une loi intérieure, inscrite dans le cœur de chacun. Cela ne signifie pas que la loi devient subjective : c’est bien MA loi que je mettrai au plus profond d’eux-mêmes. Mais cela signifie qu’elle influencera chacun depuis l’intérieur. Et la raison de cette nouveauté est annoncée : tous me connaîtront. Ils n’auront plus besoin de s’enseigner mutuellement la connaissance du Seigneur, chacun le connaîtra personnellement, des plus petits jusqu’aux plus grands.

Écoutons ensuite Ézéchiël :

“Je répandrai sur vous une eau pure, et vous serez purifiés ; de toutes vos souillures, de toutes vos idoles, je vous purifierai. Je vous donnerai un cœur nouveau, je mettrai en vous un esprit nouveau. J’ôterai de votre chair le cœur de pierre, je vous donnerai un cœur de chair. Je mettrai en vous mon esprit, je ferai que vous marchiez selon mes lois, que vous gardiez mes préceptes et leur soyez fidèles.” (Ez 36, 25-27)

Ce passage explicite l’annonce de Jérémie : il précise que le point de départ de la nouvelle fidélité du peuple choisi sera une transformation réalisée par Dieu lui-même, un cœur nouveau qu’il donnera, son esprit qu’il infusera.

L’appel de Jésus accomplit cette annonce d’un lien personnel avec Dieu.

L’appel de Jésus

Venez à moi

Au cœur de l’Évangile, Jésus appelle ses disciples à venir à lui : *“Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos. Prenez sur vous mon joug, devenez mes disciples, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour votre âme. Oui, mon joug est facile à porter, et mon fardeau, léger.” (Mt 11, 28-30).*

Cet appel ne s’adresse pas seulement à ceux qui peinent mais à tous ceux qui ont soif d’une vie nouvelle. *“Au jour solennel où se terminait la fête, Jésus, debout, s’écria : « Si quelqu’un a soif, qu’il vienne à moi, et qu’il boive, celui qui croit en moi ! Comme dit l’Écriture : De son cœur couleront des fleuves d’eau vive. »” (Jn 7, 37-38).* Rien de confidentiel dans cette invitation : Jésus est debout, il s’écrie, comme pour rejoindre chaque homme, pour l’attirer à lui. Il veut nous rejoindre nous, ici, aujourd’hui.

Mes amis

Jésus explicite le passage qu'il veut faire faire à ses disciples : ils ne sont plus des serviteurs, contraints de faire les quatre volontés de leur maître sans comprendre. *“Je ne vous appelle plus serviteurs, car le serviteur ne sait pas ce que fait son maître ; je vous appelle mes amis, car tout ce que j'ai entendu de mon Père, je vous l'ai fait connaître.”* (Jn 15, 15). C'est une annonce inouïe ! Nous sommes invités à entrer dans l'amitié avec Dieu ! Comment s'habituer à une pareille perspective ? Le serviteur ne sait pas ce que fait son maître ; Dieu nous appelle ses amis ! Le pape François traduit cette nouveauté avec son sens de la formule : *“le christianisme a banni tout rapport “féodal” dans la relation avec Dieu.”*³

L'invitation est reprise jusque dans l'Apocalypse : *“Voici que je me tiens à la porte, et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui ; je prendrai mon repas avec lui, et lui avec moi.”* (Ap 3, 20). Paul détaille encore, jusqu'à nous donner le vertige, les effets de cette rencontre : *“Vous serez capables de comprendre avec tous les fidèles quelle est la largeur, la longueur, la hauteur, la profondeur... Vous connaîtrez ce qui dépasse toute connaissance : l'amour du Christ. Alors vous serez comblés jusqu'à entrer dans toute la plénitude de Dieu.”* (Ep 3, 18-19).

Demeurez en moi

L'invitation ne se limite pas à venir : Jésus nous invite à demeurer en lui, comme les branches demeurent sur le tronc pour y puiser la vie en permanence : *“Demeurez en moi, comme moi en vous. De même que le sarment ne peut pas porter de fruit par lui-même s'il ne demeure pas sur la vigne, de même vous non plus, si vous ne demeurez pas en moi. Moi, je suis la vigne, et vous, les sarments. Celui qui demeure en moi et en qui je demeure, celui-là porte beaucoup de fruit, car, en dehors de moi, vous ne pouvez rien faire.”* (Jn 15, 4-5)

La prière chrétienne - il faudrait dire “la vie chrétienne” tout entière - ne se limite donc pas à un rite dont il faudrait s'acquitter, ni à une méditation qui améliorerait notre compréhension du monde : elle est essentiellement l'exercice d'un lien vital avec le Dieu vivant. Ce n'est pas : “obéissez”, “faites ceci, ne faites pas cela” mais “venez à moi”, “mettez-vous à mon école”, “demeurez en moi”.

Devant cet appel, la liberté de chacun reste entière. Jésus constate avec amertume que tous ne répondent pas positivement, notamment les “sages et les savants”. Il dit aux Juifs qui ne le croient pas : *“Vous scrutez les Écritures parce que vous pensez y trouver la vie éternelle ; or, ce sont les Écritures qui me rendent témoignage, et vous ne voulez pas venir à moi pour avoir la vie !”* (Jn 5, 39-40).

Ceux qui répondent s'engagent, avec leurs richesses et leurs pauvretés, dans l'aventure de la sainteté. Et ils témoignent, tout au long de l'histoire de l'Église, de ce lien inouï dans lequel ils sont entrés. Écoutons le témoignage de quelques uns.

Le témoignage des saints

“Tu étais avec moi” (Augustin, Confessions 27, 38, 5e siècle)

Dès les premiers siècles, on trouve chez saint Augustin :

³ FRANÇOIS, *La prière*, Paris, Éditions Emmanuel, 2021, p. 15

« Bien tard je t'ai aimée, ô beauté si ancienne, et si nouvelle, bien tard je t'ai aimée ! Et voici que tu étais au-dedans, et moi au-dehors et c'est là que je te cherchais, et sur la grâce de ces choses que tu as faites, pauvre disgracié, je me ruais ! Tu étais avec moi et je n'étais pas avec toi. »

“Des liens de charité et d'amitié” (François de Sales, Traité de l'amour de Dieu, ch 12, 17e siècle)

Plus près de nous dans le temps et dans l'espace, voici saint François de Sales au 17e siècle :

“Sans doute nous ne sommes pas tirés à Dieu par des liens de fer, comme les taureaux et les buffles, mais par manière d'allèchements, d'attraits délicieux et de saintes inspirations, qui sont en somme les liens d'Adam et d'humanité ; c'est-à-dire proportionnés et convenables au cœur humain, auquel la liberté est naturelle.”

On connaît aussi la réponse d'un paysan au curé d'Ars qui lui demandait ce qu'il disait au Seigneur devant le Saint Sacrement : “Je l'avise et il m'avise”.⁴

“La Trinité, voilà notre demeure” (sainte Elisabeth de la Trinité, Œuvres complètes, 20e siècle)

Encore plus proche de nous, voici une jeune femme de 26 ans, Elisabeth de la Trinité, au Carmel de Dijon, en 1906 :

“La Trinité, voilà notre demeure, notre “chez nous”, la maison paternelle d'où nous ne devons jamais sortir.”(CF 1)⁵

“Je vous laisse ma foi en la présence de Dieu, du Dieu tout Amour habitant en nos âmes. Je vous le confie : c'est cette intimité avec Lui ‘au-dedans’ qui a été le beau soleil irradiant de ma vie, en faisant déjà comme un Ciel anticipé. (L 333)⁶

“Amis de l'Esprit Saint” (Bienheureux Père Marie-Eugène, La vie du PME, 20e siècle)

Terminons avec un Carme aveyronnais, fondateur de l'Institut Notre-Dame de Vie, qui disait en 1967 :

"Tout le monde a remarqué probablement que quand je parle de l'Esprit Saint, ordinairement je m'enflamme assez facilement... Je l'appelle “mon Ami”, et je crois que j'ai des raisons pour cela. Toute ma vie a été un petit peu basée là-dessus : sur la connaissance, sur la découverte de l'Esprit Saint."

⁴ JEAN-PAUL, *Catéchisme de l'Église catholique*, Nouvelle édition, Paris, Centurion/Cerf/Fleurus-Mame/CECC, 2012, n° 2715

⁵ ELISABETH DE LA TRINITÉ, *Oeuvres complètes*, C. De Meester (éd.), Paris, Les Éditions du Cerf, 2017, p. 99

⁶ *Ibid.*, p. 790

“Voici le testament que je vous laisse : (...) que l’Esprit Saint descende sur vous, que vous puissiez dire, le plus tôt possible, que l’Esprit Saint est votre ami, que l’Esprit Saint est votre lumière, que l’Esprit Saint est votre maître.”⁷

On peut bien sûr être impressionné par cette perspective, et s’écrier comme saint Pierre : “Éloigne-toi de moi, Seigneur, car je suis un homme pécheur !” (Lc 5,8). Cette réaction est juste et montre qu’on a saisi quelque chose de l’immensité de Dieu. Mais le Seigneur ne retient pas cette objection : il nous invite malgré notre indignité. Le don de Dieu est gratuit, vraiment gratuit. Et il se déploie en nous dans le temps.

3. Un don gratuit qui se déploie dans le temps

Un don qu’on ne peut mériter

La liturgie de la messe a retenu une des paroles les plus ajustées de l’homme face à Dieu, inspirée par le mot du centurion de l’Évangile : “Seigneur je ne suis pas digne de te recevoir” (cf. Mt 8,8). C’est tout ce qu’il y a de plus vrai ! Aucun vivant n’est juste devant Dieu ! Mais ce n’est pas en raison de notre sainteté que Dieu nous appelle à vivre en amitié avec lui : c’est en raison de la sienne, et en vue de la nôtre.

C’est ce que Jésus fait comprendre à la femme Samaritaine, dont la vie n’était pas un modèle de perfection : il ne lui impose pas d’abord des conditions, mais il lui annonce un don gratuit de Dieu. “Si tu savais le don de Dieu et qui est celui qui te dit : “Donne-moi à boire”, c’est toi qui lui aurais demandé, et il t’aurait donné de l’eau vive.” (Jn 4, 10). Jésus sait quelle est la vie de cette femme, et voit que ce qui lui manque, c’est seulement de savoir quel est le don qui lui est fait. Si elle savait, elle demanderait ! Et alors sa vie changerait !

Deux jeunes saintes françaises, à l’orée du XXe siècle, ont redécouvert ce point essentiel de notre foi : l’amitié avec Dieu est un don, il ne se mérite pas, il s’accueille par la foi, dans la pauvreté du cœur. Écoutons sainte Thérèse et sainte Elisabeth.

Le cœur de la “petite voie” de sainte Thérèse de l’EJ est résumé dans ces mots : ‘ Ce qui plait (au bon Dieu dans ma petite âme), c’est de me voir aimer ma pauvreté, c’est l’espérance aveugle que j’ai en sa miséricorde... Voilà mon seul trésor ; pourquoi ne serait-il pas le vôtre ?’⁸

Aimer sa pauvreté ! Nous pouvons ressentir bien des réticences à cela, particulièrement à notre époque qui valorise tant la performance ! Thérèse nous convainc par une des images dont elle a le secret. Elle s’adresse à une novice : “Vous me faites penser au tout petit enfant qui commence à se tenir debout, mais ne sait pas encore marcher. Voulant absolument atteindre le haut d’un escalier pour retrouver sa maman, il lève son petit pied afin de monter la première marche. Peine inutile ! il retombe toujours sans pouvoir avancer. Eh bien ! soyez ce petit enfant. Par la pratique des vertus, levez toujours votre petit pied pour gravir l’escalier de la sainteté, et ne vous imaginez pas que vous pourrez monter même la première marche ! non, mais le bon Dieu ne demande de vous que la bonne volonté ! Du haut de

⁷ G. GAUCHER, *La vie du père Marie-Eugène de l’Enfant-Jésus*, Paris] [Toulouse, Cerf Éd. du Carmel, 2007, p. 248-249

⁸ THÉRÈSE DE L’ENFANT-JÉSUS, *Oeuvres complètes: textes et dernières paroles*, Nouvelle éd., 37e mille, Paris, les Éditions du Cerf Desclée de Brouwer, 2023, p. 552 (L 197)

l'escalier, il descendra Lui-même et vous prenant dans ses bras, vous emportera pour toujours dans son royaume où vous ne le quitterez plus.”⁹

Elisabeth de la Trinité, à quelques années et quelques centaines de kilomètres de Thérèse, affirme à une amie laïque : “Ne vous dites pas que cela n'est pas pour vous, que vous êtes trop misérable, car c'est au contraire une raison de plus pour aller à celui qui sauve. Ce n'est pas en regardant cette misère que nous serons purifiés, mais en regardant celui qui est toute pureté et sainteté.”¹⁰

C'est finalement ce que résume le Catéchisme de 1992 : “L'oraison est l'expression la plus simple du mystère de la prière. L'oraison est un don, une grâce ; elle ne peut être accueillie que dans l'humilité et la pauvreté. L'oraison est une relation d'alliance établie par Dieu au fond de notre être (cf. Jr 31, 33).”¹¹

Deux grandes étapes

La tradition spirituelle de l'Église a compris très tôt que cette relation d'alliance se déploie dans le temps au cours de l'existence. Il ne s'agit pas d'une doctrine qu'on adopte une fois pour toutes, mais d'une “vie avec”, qui produit chez nous une transformation permanente.

Les maîtres spirituels de l'ordre du Carmel, dont 3 ont été déclarés Docteurs de l'Église universelle au XXe siècle (Jean de la Croix, Thérèse d'Avila et Thérèse de Lisieux), ont montré que cette transformation suit en général deux grandes étapes.

Le père Marie-Eugène, qui résume avec clarté leur enseignement, dans le langage du début du siècle, présente ce cheminement comme le résultat de l'activité de deux amours : celui de Dieu pour l'homme et celui de l'homme pour Dieu. Il écrit dans sa seule de théologie spirituelle intitulée *Je veux voir Dieu* :

“Ces deux amours harmonisent progressivement leur action de plus en plus puissante au cours de la croissance spirituelle. Deux phases bien distinctes apparaissent en cette progression considérée sous cet aspect.

Dans une première phase (...), Dieu, assurant à l'âme sa grâce ordinaire (...), lui laisse la direction et l'initiative en sa vie spirituelle.

Dans la deuxième phase (...), Dieu intervient progressivement dans la vie de l'âme par un secours dit ‘particulier’ qui se fait de plus en plus puissant, enlève l'initiative à l'âme, lui impose la soumission et l'abandon, jusqu'à ce qu'ayant établi enfin le règne parfait de Dieu, l'âme, devenue vraie fille de Dieu, soit mue par l'Esprit de Dieu.”¹²

Il ajoute une remarque importante concernant la mission :

“Un des effets les plus notables de cette transformation est la formation de l'apôtre réalisée progressivement. Tandis que dans la première phase (...), l'âme exerce sa mission apostolique avec son activité naturelle secondée par la

⁹ MARIE-EUGÈNE DE L'ENFANT-JÉSUS, *Je veux voir Dieu*, 9e éd., revue et complétée, Toulouse, Éd. du Carmel, 2014, p. 1021 Marie-Eugène de l'Enfant-Jésus, *Je veux voir Dieu*, p. 1021

¹⁰ ELISABETH DE LA TRINITÉ, *Oeuvres complètes*, op. cit., p. 631 (L 249)

¹¹ JEAN-PAUL, *Catéchisme de l'Église catholique*, op. cit., n° 2713

¹² MARIE-EUGÈNE DE L'ENFANT-JÉSUS, *Je veux voir Dieu*, op. cit., p. 221

grâce, dans la deuxième phase Dieu la saisit pour en faire un instrument parfait de ses desseins.”¹³

Cette conscience des deux étapes de la vie spirituelle nous semble essentielle : elle nous encourage dans nos efforts d’adaptation à la volonté de Dieu, ce qui est particulièrement à l’ordre du jour durant le Carême, et en même temps nous ouvre une perspective de croissance supplémentaire, au-delà de cette phase où notre activité est prépondérante.

Pour nous aider à comprendre ce cheminement, sainte Thérèse utilise une autre image : les quatre façons d’arroser un jardin. La première consiste à tirer l’eau d’un puits à force de bras ; la seconde à utiliser une noria garnie de godets ; la troisième à faire venir l’eau d’une rivière ; la quatrième est la pluie.

Sainte Thérèse explique :

- “Les âmes qui commencent à s’adonner à l’oraison... sont celles qui tirent péniblement l’eau du puits. Elles se fatiguent, en effet, pour recueillir leur sens habitué à se répandre... Leur devoir est de s’appliquer à méditer la vie de Jésus Christ, et cet exercice n’est pas sans fatigue...”
- Le jardinier, en faisant marcher une noria, puise une quantité d’eau plus grande, il se fatigue moins ; il n’est pas obligé de travailler sans cesse... C’est... ce qu’on appelle l’oraison de quiétude...
- La troisième eau... est une eau qui coule du ruisseau ou de la fontaine. Le Seigneur en effet veut aider si bien le jardinier qu’il prend pour ainsi dire sa place et fait presque tout le travail.”¹⁴
- Enfin, il y a la pluie abondante : c’est le Seigneur qui arrose alors sans aucun travail de notre part, et ce mode d’arrosage est, sans comparaison, supérieur à tous ceux dont nous avons parlé.¹⁵

La première façon correspond à la première phase de la vie spirituelle ; les trois autres sont des étapes de la deuxième phase.

Il n’est pas possible de détailler ici ces étapes de maturation, qui sont en partie semblables et en partie variables suivant les personnes, et qui de toute façon échappent à nos catégories raisonnables, mais il est bon de mettre notre vie spirituelle dans cette optique d’un cheminement progressif dans lequel l’action de Dieu prend toujours plus de place.

Conclusion

Il est temps de conclure. Notre réflexion d’aujourd’hui nous a amenés à voir clairement que la vie chrétienne consiste fondamentalement en cela : un lien d’amitié personnelle avec le Dieu vivant, qui va peu à peu irriguer notre être et l’établir dans une paix que le monde ne saurait nous donner. C’est ce lien qui nous permettra, quand et comme Dieu voudra, d’être féconds pour le monde et pour l’Église. Car Jésus est assez catégorique : *“Celui qui demeure en moi et en qui je demeure, celui-là porte beaucoup de fruit, car, en dehors de moi, vous ne pouvez rien faire.”*

Sans ce lien vivant avec le Seigneur, les fruits sont maigres. Le développer est bel et bien la première des urgences !

¹³ *Ibid.*, p. 224

¹⁴ *Ibid.*, p. 147

¹⁵ *Ibid.*, p. 146

Dans la suite de notre parcours, nous aborderons les moyens de nous disposer à cette rencontre, puis ceux qui nous permettent de surmonter les difficultés, et enfin la vie ordinaire en présence de Dieu.

III- Se disposer à la prière

Marie-Michèle Plagne

Préambule

Au début du Carême, nous avons entendu le Seigneur nous demander de tenir en équilibre 3 axes qui s'articulent sans hiérarchie et qui circulent librement de l'un à l'autre : En effet, si nous restons « branchés » sur le Seigneur- la prière- Lui nous « branchera » sur les autres- l'aumône-, c'est à dire sa Charité en actes, et de ce fait, nous serons détachés de nous-mêmes, de toutes nos petits esclavages secrets -le jeûne-, vécu comme une libération.

Introduction

Se « brancher » sur le Seigneur, c'est vouloir rentrer dans une relation d'amitié avec Lui, c'est déjà se disposer à la prière, c'est avoir soif du Don de Dieu, l'Esprit Saint, son Souffle de Vie, qui est non seulement Maître de prière, mais Prière, et comme le dit St Ignace d'Antioche : Celui « qui murmure en moi : Viens vers le Père ! » Viens ! Que je te fasse découvrir la beauté de la vie filiale, par Jésus, le Bien Aimé !

Écoutons Jn 1, 38-39 :

“Se retournant, Jésus vit qu'ils le suivaient, et leur dit : « QUE CHERCHEZ-VOUS ? »

Ils lui répondirent : « Où demeures-tu ? »

Il leur dit : « VENEZ ET VOUS VERREZ. »

Ils allèrent donc, ils virent où il demeurait et restèrent auprès de lui ce jour-là.”

« Que cherchez-vous ? » Que cherchons-nous ? Le Christ s'est retourné : c'est dire qu'il nous précède pour entrer en relation. Lui qui, de toute éternité est tourné vers le Père, se retourne pour nous regarder en face, et nous parler !

«Nul n'a jamais vu Dieu, le Fils Unique, qui est dans le sein du Père -sa Demeure-, Lui l'a fait connaître». (Jn 1, 18)

« Venez et vous verrez » : belle invitation qui nous laisse libres de consentir ou non. En l'occurrence, les disciples ont le cœur ouvert et disponible, et cette expérience qu'ils désirent tenter les pousse en avant. « Ils allèrent donc ».

Puis, les disciples virent : un regard qui change tout ; cet instant de claire vision les emporte dans l'écoute et la contemplation du Seigneur, si bien qu'« ils restèrent auprès de lui ce jour-là. »

Se déplacer, voir, rester auprès de lui . Trois verbes importants. Ils révèlent l'expérience dans laquelle nous sommes entrés.

« Esprit Saint, Toi, le Don de Dieu par excellence, réveille notre foi et guide-nous vers Jésus, et vers le Père»

En Rm 8, 26 : En effet, « *L'Esprit Saint vient en aide à notre faiblesse, car nous ne savons pas prier comme il faut* ».

Développement

1) La part du Christ et notre part

On l'a compris, la prière n'est pas d'abord œuvre humaine, mais l'œuvre filiale du Christ tourné vers son Père, sous l'action de l'Esprit Saint ; telle est l'extraordinaire valeur de la prière, même la plus aride : c'est celle de la Trinité en nous, depuis notre baptême. Le travail de l'Esprit Saint, c'est d'imprimer en nous l'image du Christ, de rendre notre âme lumineuse et aimante, comme Lui. Nous n'avons rien d'autre à faire que de nous laisser transformer.

Cependant, nous avons notre part : un **acte de foi** : « Je crois que Tu m'attends personnellement, Seigneur, même si je ne sais pas clairement pourquoi ». Et un **acte de volonté** : « je veux me mettre en route afin de demeurer auprès de Toi ». Pour préparer ce moment de cœur à cœur avec le Seigneur, il est nécessaire de mettre quelques moyens en place ; nous les verrons ensuite. Puis d'essayer de favoriser le silence, extérieur et intérieur. Cela se prépare dans tout le déroulement d'une journée, « Esprit Saint cultive les fruits que Tu veux voir grandir en moi aujourd'hui : *« joie, paix, patience, amabilité, bonté, confiance, douceur, maîtrise de soi »* (Ga 5, 22-23)

Il me sera alors plus facile de rencontrer le Seigneur dans la prière.

La prière chrétienne revêt toutes les couleurs de l'âme humaine (adoration, louange, bénédiction, intercession, supplication, demande, action de grâce, oraison, contemplation), mais le Modèle, c'est toujours le Christ, Celui qui relie notre humanité à sa divinité et à son Père. Jésus a prié les psaumes et ressenti en Lui tous les mouvements de notre sensibilité humaine, de la dérélition la plus noire (Ps 87) à l'allégresse la plus exubérante (Ps 150).

Il est intéressant de chercher les passages de l'Évangile où Jésus prie et de regarder comment il prie.

Par ex : « *Jésus se rendit sur la montagne pour prier, et il passa toute la nuit à prier Dieu* » (Lc 6, 12). Jésus se déplace lui aussi : « Je suis sorti du Père et je suis venu dans le monde ; maintenant je quitte le monde et je retourne vers le Père » (Jn 16, 28). Luc note que Jésus monte sur la montagne, haut lieu symbolique de la rencontre avec Dieu, et là, il réserve un temps exclusif (toute la nuit) pour vivre dans un face à face avec son Père. Sa mission sera entièrement nourrie de ce dialogue d'amour.

**En résumé : se disposer à la prière,
c'est engager toutes nos facultés humaines, physiques, psychiques, et spirituelles
dans un acte de foi et un acte de volonté.**

2) La place du corps

Ce désir naissant ou impératif de la prière répond au désir divin : il ne précède pas. « Dieu cherche des adorateurs en esprit et en vérité » (cf. Jn 4, 23)

Mais s'il désire une prière « qui monte, vivante, des profondeurs de l'âme », « Il veut aussi l'expression extérieure qui associe le corps à la prière intérieure, car elle lui apporte cet hommage parfait de tout ce à quoi Il a droit. » (CEC 2703).

Et St Paul : *“Le corps est pour le Seigneur et le Seigneur pour le corps” “Ne savez-vous pas que vos corps sont des membres du Christ ?” “Glorifiez donc Dieu dans votre corps.” “votre corps est un Temple de l'Esprit Saint” (1Co 6, 13.15.19.20)*

En définitive, il s'agit de vivre dans une relation continue et personnelle avec le Dieu Vivant et Vrai, dans l'entière de notre nature corporelle et spirituelle.

Jésus cite le Deutéronome (et le Lévitique) : *« Écoute, Israël, le Seigneur, notre Dieu est l'unique Seigneur ; tu aimeras le Seigneur ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme, de toute ta pensée, et de toute ta force. » (Dt 6, 5) Et tu aimeras ton prochain comme toi-même.*

Dans 1Th 5, 23, St Paul exprime ce souhait : « Que le Dieu de la Paix vous sanctifie tout entiers, et qu'il garde parfaits et sans reproche votre esprit, votre âme et votre corps, pour la venue de notre Seigneur Jésus Christ. »

Ces mots expriment la puissance de ce que devrait être notre relation avec l'Unique Seigneur. Une Alliance de chair, une invitation à recevoir son Souffle de Vie, pour qu'il devienne notre propre rythme respiratoire, cordial, vital.

En Gn 2, 7 : *« Le Seigneur Dieu modela l'homme avec la glaise du sol, il insuffla dans ses narines une haleine de vie et l'homme devint un être vivant. »*

C'est la manière d'aimer de Dieu, qui se communique totalement, en donnant à notre être son Souffle, pour que nous ayons la Vie, mais aussi la parole pour entrer en alliance, en dialogue avec Lui.

Le corps est un moyen essentiel pour communiquer avec les autres, et pour mettre en pratique le 2ème commandement: *« Tu aimeras ton prochain comme toi-même » (Lv 19, 18).*

Ce n'est pas dévier du sujet, c'est bien mettre en œuvre les 3 axes indissociables recommandés par Jésus.

« Si donc je vous ai lavé les pieds, moi, le Seigneur et le Maître, vous aussi, vous devez vous laver les pieds les uns aux autres. Je vous ai donné l'exemple pour que vous agissiez comme j'ai agi envers vous. » (Jn 13, 14-15)

Ainsi *« Nous devons aimer notre corps, parce que Dieu nous aime corps et âme » (St Thomas d'Aquin).* Alors, dans la prière, présentons-nous à Lui tout entiers !

3) Une réponse à un appel, en donnant du temps au Seigneur

“La Tradition de l'Église propose aux fidèles des rythmes de prière destinés à nourrir la prière personnelle.” Mais “Le Seigneur conduit chaque personne par les chemins et de la manière qui Lui plaisent. Chaque fidèle Lui répond aussi selon la détermination de son cœur et les expressions personnelles de sa prière.” (CEC 2699). Rien de figé.

Il n'empêche que des questions concrètes se posent : Comment prendre du recul par rapport à ce que je viens de faire ou de vivre ? Comment revenir au calme ?

A/ **Décider de prier**, s'installer tranquillement, sans précipitation, sans raideur, sans relâchement, c'est à dire sans que mon corps souffre, et sans que je m'endorme, même si *« Dieu comble son bien aimé quand il dort ! » (Ps 126, 2).* Bien entendu, si l'on est fatigué et que l'on s'endort, ce n'est pas un péché ! Mais si notre ange gardien nous

tape sur l'épaule, reprenons vite le fil de ce que pourquoi nous sommes là et pour Qui nous sommes là. Cela fait partie de l'acte de volonté.

B/ S'exercer à l'apaisement, au recueillement, à l'intériorisation, en prenant conscience de ce principe vital qui nous anime : le va-et-vient de la respiration. Nul ne peut retenir indéfiniment l'inspiration ou l'expiration sans mourir. Cela se fait sans qu'on y pense! Respirer de manière consciente de temps en temps aide à vivre le présent dans la paix. Quand j'inspire, j'accueille la Vie qui est don de Dieu. Quand j'expire, je me désencombre, et je laisse l'Esprit Saint me purifier et me vider de moi-même.

Puis doucement, je peux mettre un mot, un nom, une parole qui accompagnent ce flux et ce reflux comme le mouvement des vagues.

« Seigneur, comme tu veux et comme tu sais! » disait st Macaire d'Egypte, au IV^es. Il était partisan d'une prière simple et brève, mais fréquente et répétée, qui imprègne la mémoire du cœur. Ces invocations peuvent facilement trouver place dans la vie quotidienne, dans les déplacements, avant une rencontre, une réunion. C'est ce que la Tradition orthodoxe appelle la **prière du cœur**, ou **prière de Jésus** dans le sens où le Nom de Jésus, Dieu sauve, est répété en permanence. Les mots exacts de cette prière peuvent varier mais doivent, idéalement, s'accorder au rythme de la respiration. Le but : **l'union à Dieu**.

Dans notre tradition, nous connaissons ces prières brèves, ces cris du cœur lancés vers Dieu. Le Pape François dit que cela permet de rester "connecté" avec le Seigneur toute la journée. C'est comme un chemin vers la prière pure, sans parole, dans le cœur à cœur avec Dieu. Elle est un moyen d'inscrire l'humilité dans le cœur profond de la personne. L'un des fruits de cette prière doit être de transformer notre « cœur de pierre », en un « cœur de chair » sensible et ouvert à la [grâce](#) de l'amour divin.

« Père, ouvre mon cœur à la prière silencieuse de Jésus et au Souffle divin qui m'habite »

C/ Rester immobile, extérieurement et intérieurement immobile, pour manifester l'attention que l'on veut porter à Dieu. Signe d'une maîtrise de soi ; « Seigneur, je suis à Toi, je t'écoute ! » Cette attitude suppose que l'on mène une existence équilibrée entre repos et activité physique.

« O 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! » (Ste Élisabeth de la Trinité)

C'est exactement l'attitude du paysan d'Ars, qui intriguait tant son Curé : il se tenait immobile devant le tabernacle. C'est donc possible pour nous aussi.

Bien évidemment, nous ne sommes pas des statues, restons sagement et humblement souples. L'important, c'est de quitter volontairement l'agitation et de chercher la Présence de Dieu. Il y a là un effort. Ceci dit : toutes les attitudes pendant la prière sont bonnes si elles sont le reflet du désir de mon cœur. Je m'assoie, je me lève, je me mets à genoux, je me prosterne ; qu'est-ce-que je veux dire à mon Dieu par là ?

Dans chaque posture, l'essentiel est d'être à l'aise : pouvoir durer, sans être gêné. Et s'il arrive qu'on soit fatigué, on change !

Une mention particulière pour **le geste du signe de la Croix**, que l'on peut tracer sur notre corps au début et à la fin de notre prière: « Ce signe, accompagné de l'invocation trinitaire, concentre l'essence du christianisme » disait le Cardinal Ratzinger.

Et l'essence du christianisme est elle-même concentrée dans ces paroles de saint Jean : «*Dieu est Amour*» (1 Jn 4, 8) et «A ceci nous avons reconnu l'Amour, celui-là a

donné sa vie pour nous.» (1 Jn 3, 16)
Sur la Croix !

Sainte Thérèse d'Avila (Chemin de Perfection chap. 26, §1) disait ceci à ses filles « Pour prier comme il convient, vous savez ce qu'on fait tout d'abord. On examine sa conscience, on se confesse à Dieu et on fait le signe de la Croix. » Comme un préambule à la Rencontre, ou comme une politesse d'amour, mais bien davantage comme un enveloppement dans la Trinité Sainte.

Au Nom du Père, qui me crée avec amour, et du Fils, qui donne sa vie et me sauve par amour, et du Saint Esprit, qui m'enfante à l'amour... « Seigneur, que je comprenne bien que c'est vraiment le signe de ton amour pour moi ».

Mais tout est libre, et chacun fait selon ce que lui inspire l'Esprit-Saint.

En résumé : se disposer à la prière,
c'est se placer dans une attitude qui exprime à la fois **le respect devant Dieu**
et l'élan du cœur vers Lui.

4) Les conditions favorables.

A/ À quel moment ? Choisir ce qui nous paraît le meilleur moment de la journée. Le matin, avant toute activité. Ou le soir, pour présenter au Seigneur notre journée, le remercier, lui demander pardon, lui confier nos rencontres, nos activités et nous reposer en Lui.

A chacun de voir ce qui lui convient. Pour ceux qui ne peuvent trouver le sommeil, la prière de nuit est d'une grande valeur, en union avec les malades, les moines et les moniales.

« La nuit, mon âme te désire. » (Is 26,9) « Dans la nuit je me souviens de Toi et je reste des heures à te parler. » (Ps 62)

B/ Dans quel lieu ? Avoir un lieu pour la prière est bien. Un lieu silencieux autant que possible. Avec quelque chose qui marque la spécificité de l'endroit. Un crucifix, une statue, une icône, une bougie, (la flamme : symbole de la prière qui monte vers Dieu).

Jésus donne ce conseil : « Pour toi, quand tu pries, retire-toi dans ta chambre, ferme sur toi la porte et prie ton Père qui est là, dans le secret. » (Mt 5,6).

On peut vraiment le prendre au sens premier : trouver un lieu privilégié pour la rencontre. Et quand Dieu voudra, on sera amené à se retirer au plus profond de la cellule intérieure de notre cœur, là où il aime résider. En effet, nous sommes Maison de Prière !

Jésus dit aux Douze: « Venez à l'écart dans un endroit désert, et reposez-vous un peu. » (Mc 6, 31)

Jésus nous montre une démarche fondamentale : aller à l'écart dans un endroit désert. Si ce n'est pas possible chez soi, ce peut être dans une église, ou dans la nature proche ou ici, à l'Oratoire de la Miséricorde. En tout cas, chercher un moment de silence et de solitude est nécessaire ! C'est ainsi que l'on retrouve la profondeur de ce qui nous fait vivre, la grandeur de l'amour, la merveille de la présence de Dieu dans nos vies.

« Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole et mon Père l'aimera et nous viendrons vers lui et nous nous ferons une demeure chez lui. » (Jn 14, 23)

« Voici que je me tiens à la porte et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui pour souper, moi près de lui et lui près de moi. » (Ap 3, 20)

Le Seigneur lui-même nous montre comment créer les conditions favorables pour l'accueillir : être à l'écoute de sa voix, ouvrir la porte de notre cœur, l'accueillir dans une grande intimité pour recevoir de Lui l'Unique Nécessaire : son Amour, sa Miséricorde, sa Parole de Vie. Mais Il ne s'impose pas : « Si quelqu'un m'aime... Si quelqu'un entend ma voix... »

C/ Combien de temps ? A chacun également de fixer la durée. Il faut commencer avec un objectif que l'on peut tenir en fonction de son état de vie. Mais il est important de s'y tenir fidèlement, quotidiennement. Ce qui est certain, c'est qu'avec la fidélité vient le désir de durer davantage.

Et plus on est surchargé, plus il est nécessaire de s'arrêter. A ses sœurs qui lui demandaient s'il ne serait pas opportun de réduire le temps d'oraison pour servir les pauvres, trop nombreux pour leurs forces, Mère Teresa avait répondu : « Eh bien, nous allons ajouter une heure ! »

Regardons Jésus en Mc 1, 29-39 ; en une journée, il a enseigné à la synagogue de Capharnaüm, il a guéri un homme possédé par un esprit impur, puis il est parti guérir la belle-mère de Simon, et le soir venu/.../La ville entière se presse à la porte/.../ Il guérit beaucoup de gens, il expulse beaucoup de démons... Bref, une journée exténuante, et pourtant bien avant l'aube, il sort et se rend dans un endroit désert pour prier. Jésus sait prendre de la distance, dans un lieu solitaire pour se poser face à Dieu.

La vie de prière suppose un choix assez radical : savoir brûler du temps pour Dieu seul. Cette décision de couper avec ce qui nous paraît prioritaire met en lumière nos points de résistance. Qu'est-ce qui est le plus important ? Ayons conscience que le Seigneur, notre Ami, nous attend. Oui, nous avons des limites, et nous ne sommes pas les sœurs de Mère Teresa. Le Seigneur tient compte de notre état de vie, de nos contraintes quotidiennes. Il sait ! Si notre cœur est droit, ne culpabilisons pas. Comme la petite Thérèse, apprenons à aimer notre pauvreté.

D/ Comment ?

1 / en cherchant le silence. Le silence ne consiste pas à vouloir arrêter paroles ou pensées, parce que ce flux incessant est normal. Il faut le reconnaître et l'accepter dans un premier temps, le laisser passer et revenir autant de fois qu'il est nécessaire (acte de volonté) vers la conscience de la Présence du Seigneur. Le vrai silence naît quand l'âme prend conscience que Dieu est là. Alors, la Parole peut se faire entendre. Dieu fait entrer l'âme en Lui pour lui procurer tout ce dont elle a besoin, en lui donnant part à son Être et sa Vie.

Il ne s'agit donc pas de faire le vide, mais de retrouver la racine de notre être, notre Source, et de refaire en nous l'unité brisée par l'agitation, la dispersion.

Dans le silence, nous rejoignons les autres dans une communion véritable, non pas comme nous les percevons de l'extérieur, mais selon le regard aimant et purifiant de Dieu

2/ en recourant à la lecture priante de la Parole de Dieu

C'est un dialogue actuel et personnel. Parfois, cette parole semble ne pas nous toucher et un beau jour, elle nous frappe comme si c'était la première fois que nous l'entendions. «Viens Esprit Saint, et envoie du haut du Ciel un rayon de ta Lumière. Illumine mon intelligence et réchauffe mon cœur. Fais-moi comprendre ce que tu veux me dire aujourd'hui. »

« La révélation de tes paroles illumine, elle donne l'intelligence aux simples. » (Ps 118, 130)

« Ta parole est une lampe qui éclaire mes pas, une lumière sur ma route » (Ps 118, 105)

Souvent, on recourt aux textes liturgiques du jour, ou du dimanche (Prions en Église, Parole et Prière, Magnificat, le site AELF, ou d'autres sites dans lesquels on trouve des commentaires éclairants et nourrissants d'auteurs spirituels. Avoir la Bible ou un Évangile avec soi est très utile. Chacun a ses passages préférés auxquels il peut revenir.

Lire la Parole de Dieu avec l'intelligence du cœur (ce n'est pas une étude cérébrale) doit conduire au dialogue avec le Seigneur, à ce temps d'intimité avec Lui, c'est là le plus important. La priorité, c'est ce temps ouvert à Dieu, pour qu'il agisse, qu'il nous apprenne à aimer comme Lui. La joie d'être avec un tel Ami ne peut que ressurgir sur ceux que nous rencontrerons.

Les 3 axes, toujours !

Si le Seigneur nous parle à travers l'Écriture sainte, Il peut aussi nous parler à travers une rencontre, un événement ; soyons attentifs !

**En résumé : se disposer à la prière,
c'est savoir créer des conditions favorables** dans l'espace et dans le temps.

Et comme il y a une entrée dans le temps de prière, de même, il y a une sortie.

Remercions le Seigneur de sa Présence aimante, même si nous n'avons rien senti. Nous pouvons prier le Notre Père, comme Jésus nous l'a appris, saluer Marie et tracer de nouveau le beau signe de la Croix.

Conclusion

Les moyens de progrès

Si nous désirons entrer non pas dans un savoir, mais dans une connaissance intime du Seigneur, il faudra engager notre fidélité, notre persévérance, notre patience, notre confiance, notre humilité et notre détermination, non par force, mais par amour, dirait St François de Sales

La prière ne s'apprend pas en écoutant des causeries, qui ne sont que des pistes, des invitations, mais en priant soi-même.

L'important est de persévérer fidèlement chaque jour. Et si l'on a cessé de prier, il faut absolument recommencer sans se décourager. Soyons à la fois patients envers nous-mêmes et déterminés. N'oublions pas de demander la persévérance à l'Esprit Saint et il nous l'accordera.

L'apprentissage de la prière n'est jamais terminé. Le but, c'est la rencontre de Dieu, l'union à Dieu. Jésus est totalement uni au Père dans l'Esprit. De même, il a soif de rencontrer chacun d'entre nous, personnellement, intimement. Il n'a pas besoin de nos réflexions, aussi belles soient-elles, mais de notre amour.

Progresser dans la prière, suppose que l'on se livre à l'Esprit-Saint pour qu'il nous mène chacun de manière particulière. Passer de « faire » (c'est moi qui prie) à « se laisser faire » (c'est Lui qui prie en moi). La transformation progressive vient du fait que la prière n'est plus un labeur, mais un don gratuit, gracieux. On entre alors dans une conscience de la Présence de Dieu, dans la foi et l'amour.

Faisons nôtres ces paroles de st Augustin : «Tu nous as faits pour toi Seigneur et notre cœur est sans repos tant qu'il ne demeure en toi.»

Note

Nous nous appuyons sur l'expérience des Saints, mais si nous sommes un peu inquiets de ce qui se passe ici à l'Oratoire de la Miséricorde, nous verrons que des personnes, sans bruit, peuvent rester non seulement 1 heure, mais jusqu'à 4 heures dans la même journée devant le Saint Sacrement. C'est impressionnant. Mais c'est dire dans un même temps qu'il manque des adorateurs. Alors ?

La prière des pauvres connus de Dieu seul, et des Saints, connus de tous, s'élève comme l'encens... Sans s'occuper de savoir si les uns ont plus d'avance que les autres en la matière. Pour moi, c'est un encouragement constant et un motif d'action de grâce.

Sources :

- l'Écriture Sainte,
- le Catéchisme de l'Église catholique (corps et prière),
- Benoît XVI, Verbum Domini,
- Père Yves Jausions : Oraison sans frontières 2021 « Je l'emmènerai au désert et je parlerai à son cœur » Os 2, 14

IV- Surmonter les difficultés dans la prière

Ce soir, nous allons voir quelles sont les difficultés auxquelles nous sommes confrontés quand nous décidons d'entrer dans la prière et surtout comment les surmonter.

1. Introduction

Le Pape François a consacré une trentaine de catéchèses à la prière, entre mai 2020 et juin 2021.

« La prière chrétienne, comme toute la vie chrétienne, n'est pas une promenade. [...] La prière apporte assurément une grande paix, mais à travers un combat intérieur, parfois dur, qui peut accompagner des périodes parfois longues de la vie. »¹⁶

« Prier n'est pas facile : il y a de nombreuses difficultés qui se présentent dans la prière. Il faut les connaître, les identifier et les surmonter ».

Le CEC retient le terme de « combat de la prière »¹⁷ « La prière est un don de la grâce et une réponse de notre part. Elle suppose toujours un effort. [...] La prière est un combat contre nous-même et contre les ruses du Tentateur qui fait tout pour détourner l'homme de la prière, de l'union à son Dieu. »

Tout est dit ! Combat contre nous-même, contre les ruses du Tentateur. A noter que le CEC et le Pape, entre autres, parlent de combat. Certains auteurs parleront plutôt d'ascèse, dont l'étymologie signifie exercice.

Quel est ce combat de la prière, à quoi faut-il s'exercer ?

Connaitre, identifier, surmonter dit le Pape : allons voir de quoi il s'agit.

2. Les objections à la prière

Il y a tout d'abord des objections qui nous bloquent dans notre désir de nous mettre en route.

« Ce n'est pas pour moi, c'est pour les moines et les consacrés : FAUX ! »

Jésus nous invite tous à prier et donne un mode d'emploi : « toi, quand tu pries... » (Mt 6,6) Dans cet enseignement, il s'adresse aux foules rassemblées sur la montagne, et pas seulement aux Douze.

De par notre baptême, nous sommes tous appelés à cette relation d'amitié avec le Seigneur, quelque soit notre état de vie.

« Je n'ai pas le temps : »

¹⁶ Audience générale du 12 mai 2021

¹⁷ N° 2725 à 2745

Marie-Michèle en a parlé jeudi dernier. Simplement, il peut être bon de nous interroger sur notre emploi du temps, en vérité, sans faux-semblant, en fonction de notre état de vie et de notre devoir d'état. Quel est mon désir profond ?

Et qu'est ce que je recherche dans ce que je fais ? Efficacité ou fécondité ?

Je ne sais pas prier : eh bien il faut commencer !

Qu'a fait le fils prodigue de la parabole (Lc 15, 20) lorsqu'il a voulu retourner chez son père ? « il se leva et se mit en route ».

On apprend à prier en priant, disent certains auteurs ! Il est bon cependant d'écouter les maîtres spirituels qui nous ont précédés et qui ont vaincu les difficultés. Mettons-nous aussi à leur école, sans perdre de vue que la prière est un face à face avec Dieu, qui nous aime et que l'on veut aimer.¹⁸

3. Les difficultés au cours de la prière : distractions, tentations et sécheresse

Parmi ces difficultés, certaines relèvent de nous-mêmes, d'autres du tentateur, d'autres enfin sont voulues par Dieu pour nous purifier et nous permettre de grandir.

3.1. Les distractions

Tous ceux qui prient connaissent des distractions, quel que soit le type de prière.

« [Les distractions] vont et viennent comme des mouches, nous empêchent de nous recueillir comme nous le voudrions. Certaines viennent du dehors, comme les bruits de la rue, d'autres de soi-même : l'imagination avec ses images, la mémoire avec ses souvenirs, le corps avec ses douleurs. » (J. Gauthier)¹⁹

Mémoire et imagination sont des dons magnifiques de Dieu, mais que nous ne savons pas toujours maîtriser. Pendant la prière notre esprit n'est plus occupé comme précédemment, c'est un moment de vide et de silence, alors toutes les images et les idées que l'on avait écartées, ou que nous préférons ignorer reviennent en force. Nous pouvons nous retrouver avec un véritable tableau de Jérôme Bosch dans la tête et tout ce qui s'y passe n'est pas toujours très beau !

Il n'y a pas à s'en alarmer. Les distractions s'expliquent naturellement.

Le Pape François nous rassure : « Les distractions ne sont pas coupables »

Que faire avec ces distractions ?

(CEC n°2729) : « Partir à leur chasse serait tomber dans leur piège, alors qu'il suffit de revenir à notre cœur : une distraction nous révèle ce à quoi nous sommes attachés et

¹⁸ Sainte Thérèse d'Avila, Vie, Chapitre 8 : « un commerce intime d'amitié où l'on s'entretient souvent seul à seul avec Dieu dont on se sait aimé. » (Thérèse d'Avila)

¹⁹ Voir son blog sur la prière : <https://www.jacquesgauthier.com/blog/jacques-gauthier.html>

cette prise de conscience humble devant le Seigneur doit réveiller notre amour de préférence pour Lui, en Lui offrant résolument notre cœur pour qu'il le purifie. Là se situe le combat, le choix du Maître à servir. »

Donc, d'une part je n'attache pas d'importance et je ne m'arrête pas à celles qui sont plutôt du genre « futile ». Je les laisse passer, comme on laisse passer les nuages dans le ciel. Je ne laisse pas mon imagination s'en emparer et vagabonder avec elles et je reviens au Seigneur, autant de fois qu'il est nécessaire.

Je ne me laisse pas non plus entrainer par des pensées qui sont bonnes en elles-mêmes, mais qui m'empêchent de m'occuper de Dieu. Par exemple comment aborder le topo que je dois préparer sur les difficultés dans la prière.... C'est bien. Mais ce n'est pas le moment de m'y attarder exagérément. Il faut retourner à Dieu le plus vite possible. Sinon ces bonnes pensées vont devenir comme de grosses montagnes qui cachent le soleil²⁰. !

Et d'autre part je confie au Seigneur celles qui sont de l'ordre du souci, d'une inquiétude, d'une pensée qui obsède (la santé d'un enfant ou d'un proche, une difficulté persistante dans le travail, un conflit avec un proche ...). Alors j'en parle librement au Seigneur, je lui remets avec confiance. Et je garde le cœur tourné vers lui.

Donc, je laisse passer, je me recentre. Une courte prière vocale, un texte d'Évangile, peuvent m'aider à revenir au Seigneur. Seigneur aide moi à demeurer avec Toi !

Si mon imagination est vraiment trop galopante, je peux essayer de la tourner vers une scène d'Évangile pour me recentrer sur le Seigneur et revenir à Lui : en adorant avec les bergers ou les mages, en le voyant prêcher aux foules, avec la femme lors du repas chez Simon, à Gethsémani, au pied de la croix, dans le jardin au matin de Pâques etc...

3.2. Les pièges de notre ressenti

Notre ressenti peut nous tromper en nous mettant dans l'illusion. Il va s'arrêter sur la présence ou non de ferveurs, d'effets sensibles et va nous conduire à juger notre prière.

Or nous ignorons la manière dont Dieu nous conduit, alors présentons-nous simplement au Seigneur tels que nous sommes, dans la confiance, avec ce qui nous habite en ce moment et non pas avec ce que nous rêvons d'être.

Dans la pratique de la prière comme dans bien des domaines de la vie spirituelle, l'éclairage de la foi ne doit pas éliminer le bon usage de la raison et le discernement. Ainsi, sans juger notre oraison, nous cherchons à discerner, mettre en œuvre les moyens nécessaires et nous faire conseiller.

3.3. Les tentations dans la prière

Je l'ai signalé au début : le démon est l'ennemi. Rien ne lui déplaît plus que de voir quelqu'un prier, car il ne peut rien contre lui et il cherche à nous couper de cette relation avec Dieu. Il va chercher à nous détourner de la prière et comme il connaît notre psychologie, il va attaquer par notre point faible.

²⁰ Y. Jausions : Oraison sans frontière – Ed Parole et silence

Ne nous affolons pas devant les tentations, ne les négligeons pas non plus, il est important de les repérer à temps et de leur couper l'herbe sous le pied, avant qu'elles ne nous entraînent trop loin.

3.3.1. Mécanisme de la tentation

Regardons brièvement ce qui se passe lorsque nous sommes tentés.

Un moine²¹ du désert du Sinaï, dans un petit écrit spirituel met en évidence 4 étapes : il y a tout d'abord une suggestion qui nous vient, indépendamment de nous. Vient ensuite la liaison, lorsque nous pénétrons plus avant dans ce que la suggestion nous a apporté. La troisième étape est le consentement, et la quatrième est la chute. Le passage de l'une à l'autre de ces quatre étapes peut être instantané ; mais il arrive aussi qu'elles se succèdent comme autant de degrés, ce qui permet de les distinguer. (voir Gn3, le récit de la chute, dans lequel on retrouve très bien ces 4 étapes)

Exemple : Je suis en train de prier, mon portable est resté à portée de main... Bip, signal d'un SMS. C'est la suggestion, elle est extérieure.

Qu'est-ce que je fais ? Ce n'est qu'un message dit une petite voix, peut-être important dit une autre...

J'ouvre mon portable, acte volontaire, c'est la liaison.

Je regarde les messages : consentement et finalement je réponds au message... Je suis complètement sortie de la prière, en m'étant laissée entraînée par le Malin.

C'était un exemple !

3.3.2. Quelles tentations dans la prière ?

Le démon va nous pousser à abandonner la prière, parfois sous l'apparence du bien (mais tu as mieux à faire), il va chercher à nous décourager, il peut jouer sur notre fausse humilité en susurrant que ce n'est pas pour nous ou au contraire sur notre orgueil : nous n'en avons pas besoin.

Il va aussi passer par les distractions et par ce que notre ressenti nous suggère.

Toutes ces tentations et tous les efforts que déploie l'Ennemi nous montrent les enjeux et l'importance de la prière.

Mais si on abandonne, on peut toujours reprendre !

3.4. L'acédie

Je voudrais très brièvement parler de l'acédie²², qui mériterait un long développement.

Le Pape François la définit ainsi : « c'est une véritable tentation contre la prière et, plus généralement, contre la vie chrétienne. L'acédie est « une forme de dépression due au relâchement de l'ascèse, à la baisse de la vigilance, à la négligence du cœur »

²¹ Hésychus de Batos (vers le 7^{ème} siècle), higoumène du monastère du Buisson Ardent (cité dans La Philocalie)

²² Voir Dom Jean-Charles Nault : Le démon de midi, l'acédie, mal obscur de notre temps – Ed L'échelle de Jacob

(CEC, n. 2733). C'est l'un des sept « péchés capitaux » parce que, alimenté par la présomption, il peut conduire à la mort de l'âme. »

Étymologiquement, acédie signifie « manque de soin ». C'est le manque de soin pour sa vie spirituelle, pour son salut.

Elle est parfois prise pour de la paresse - voir mosaïque crypte Fourvière - mais c'est plus que de la paresse. Elle se traduit par la négligence, l'ennui, et conduit à un dégoût de la prière et des choses spirituelles.

Parce que la vie spirituelle est un combat ou une ascèse, peu à peu, on se tourne vers ce qui est attirant et atteignable, on rabaisse l'objet de notre désir : des petites infidélités toutes simples, au départ, nous conduisent petit à petit très loin ou très bas : jusqu'à « la mort de l'âme. » Elle touche tous les états de vie.

3.5. Et la foi dans tout ça ?

N'y aurait-il pas aussi profondément quelque chose, liée à notre manque de foi ? Non pas une question de croyance (je crois/ je ne crois pas) mais une question fondamentale de choix et de préférence ?

Qu'est ce qui est prioritaire, qu'est ce qui fonde mon existence ? Quand le Christ demande « Pour toi qui suis-je ? » quelle est ma réponse ?

« Hors de moi tu ne peux rien faire » dit-il encore. Comment cette parole vient me rejoindre ?

Dernière difficulté rencontrée, qui est un peu d'un autre ordre :

3.6. La sécheresse

Et il y a les temps de sécheresse, de nuit.

La sécheresse fait partie de l'oraison, CEC (2731) : « Le cœur est sevré, sans gout pour les pensées, souvenirs, sentiments, mêmes spirituels. C'est le moment de la foi pure qui se tient fidèlement avec Jésus dans l'agonie du tombeau. »

(Oraison sans frontières) La sécheresse n'est pas une maladie de l'âme et encore moins une faute. Elle est une étape que Dieu permet. De même que l'enfant doit un jour abandonner le lait de sa mère pour prendre une nourriture solide, de même, il faut que la partie sensible de notre être soit privée des consolations dont elle jouissait jusqu'alors. C'est le moment où Dieu purifie la mémoire, l'intelligence et la volonté en vue d'une nouvelle étape spirituelle. C'est ce passage que St Jean de la Croix appelle « la bienheureuse nuit ».

Voyons maintenant que faire face à toutes ces difficultés.

4. Comment lutter ? Quels remèdes ?

Puisqu'il s'agit d'un combat, il faut lutter et le combat de la prière rejoint le combat spirituel auquel est confronté tout chrétien.

St Paul fourni quelques conseils quant à l'équipement que nous devons revêtir pour ce combat :

1 Th 5,8 : mettons la cuirasse de la foi et de l'amour et le casque de l'espérance du salut.

Eph 6, 11-17 : Enfin, puisez votre énergie dans le Seigneur et dans la vigueur de sa force. Revêtez l'équipement de combat donné par Dieu, afin de pouvoir tenir contre les manœuvres du diable. Ne quittant jamais le bouclier de la foi, qui vous permettra d'éteindre toutes les flèches enflammées du Mauvais. Prenez le casque du salut et le glaive de l'Esprit, c'est-à-dire la parole de Dieu.

Ainsi équipés, allons-y !

4.1. Dans ce combat, nous ne sommes pas seuls

En premier lieu, le Christ est avec nous, avec sa Parole « Et moi Je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin du monde. (Mt 28,20) » et il est vainqueur. « Mais gardez courage ! J'ai vaincu le monde. » (Jn 16,32)

« Puisez votre énergie dans le Seigneur et dans la vigueur de sa force ». (Ep 6,11)

Jésus lui-même, soumis aux tentations du Diable après 40 jours au désert l'a vaincu avec la Parole de Dieu. A chaque tentation, Il répond par un verset de la Bible, Ayant ainsi épuisé toute tentation, le diable s'éloigna de lui [jusqu'au moment favorable]. (Luc 4,13)

Dans l'Évangile, nous voyons souvent Jésus prier son Père, à l'écart. Glissons avec confiance notre prière dans la sienne.

Et nous pouvons nous appuyer sur l'Église qui nous enseigne et nous fortifie dans la foi, l'espérance et la charité.

En second lieu, nous pouvons nous appuyer sur l'expérience de ceux qui nous ont précédés et particulièrement des grands maîtres spirituels. Ils sont des valeurs sûres, ayant connu les combats, les chutes et les relèvements. Leurs conseils sont précieux.

On peut penser :

- aux maîtres du Carmel, St Thérèse d'Avila : 1515 – 1582 ; St Jean de la croix : 1542 – 1591 ; Ste Thérèse de l'Enfant Jésus : 1873-1897 – Père Marie-Eugène : 1894 - 1967
- à St Ignace de Loyola (1491 – 1556) et toute l'école jésuite, dont les conseils sont adaptés à tous les états de vie
- aux disciples de St Benoît (480 – 547) : de nombreux laïcs vivent de sa règle,
- à St François de Sales (1567 - 1662) auteur de L'Introduction à la vie dévote pour permettre à des laïcs de vivre en plénitude de la présence de Dieu dans le monde.
- à tant d'autres, y compris en Orient²³.

Beaucoup parmi eux ont accompagné des laïcs et leur enseignement demeure adapté à la vie dans le monde. De nombreux auteurs contemporains, dans différents états de vie proposent de précieux conseils.

²³ St Séraphim de Sarov : 1754-1833 – St Charbel : 1828-1898 – St Silouane : 1866-1938

La prière doit être nourrie par la lecture régulière de la Parole de Dieu, par des lectures spirituelles. A chacun de se constituer sa « bibliothèque », sachant que celle-ci évolue dans le temps.

Le soutien des frères est important pour avancer et persévérer. C'est un des aspects de nos petits groupes de partage.

Un accompagnateur spirituel, expérimenté, peut être aussi d'un grand secours pour nous aider à discerner, à déjouer les pièges du Malin, à avancer dans la vie de prière.

Quand notre désir est grand, l'Esprit Saint répond et met sur notre chemin ce dont nous avons besoin et qui peut nous aider.

Il y a quatre piliers sur lesquels nous devons fermement nous appuyer : l'humilité, la foi, la vigilance et la persévérance.

4.2. Humilité et Foi

Nous devons nous plonger dans l'humilité et la foi.

4.2.1. L'humilité :

Le CEC nous interroge : (2559) : « [...] D'où parlons-nous en priant ? De la hauteur de notre orgueil et de notre volonté propre, ou des " profondeurs " (Ps 130, 14) d'un cœur humble et contrit ? [...] L'humilité est le fondement de la prière. [...].

L'humilité est la disposition pour recevoir gratuitement le don de la prière : L'homme est un mendiant de Dieu (cf. S. Augustin, serm. 56, 6, 9 : PL 38, 381). »

Celui qui est humble est conscient de sa faiblesse et n'hésite pas à appeler à l'aide, car il sait que sans Jésus, il ne peut rien faire.

C'est par l'humilité que nous pouvons demeurer dans la communion du Père, du Fils et de l'Esprit Saint. Et dans une communion fraternelle véritable.

4.2.2. La foi

J'ai évoqué précédemment la place de la foi dans notre vie de prière.

La foi est à entendre non comme une croyance mais comme relation, comme confiance fondamentale faite à Quelqu'un.

Il nous faut donc faire un saut dans la foi, reconnaissant notre pauvreté et nous attachant toujours d'avantage au Seigneur. Ce choix est à faire et à refaire. : il nous faut persévérer dans la foi. Comment ?

CEC 162 : « [...] Pour vivre, croître et persévérer jusqu'à la fin dans la foi nous devons la nourrir par la Parole de Dieu ; nous devons implorer le Seigneur de l'augmenter (cf. Mc 9, 24 ; Lc 17, 5 ; 22, 32) ; elle doit " agir par la charité " (Ga 5, 6 ; cf. Jc 2, 14-26), être portée par l'espérance (cf. Rm 15, 13) et être enracinée dans la foi de l'Église. »

1P 5,8 : « votre adversaire, le démon, comme un lion qui rugit, va et vient à la recherche de sa proie Résistez-lui avec la force de la foi, sachant que c'est le même genre de souffrances que la communauté des frères, répandue dans le monde, supporte. » Nous ne sommes pas seuls !

« Veillez, demeurez fermes dans la foi. » (1 Co 16,13) Cette exhortation de St Paul nous conduit à la vigilance et à la persévérance.

4.3. La vigilance et la persévérance

4.3.1. La vigilance

CEC 2612 : « Dans la prière, le disciple veille attentif à Celui qui Est et qui vient [...] En communion avec leur Maître, la prière des disciples est un combat, et c'est en veillant dans la prière que l'on n'entre pas en tentation (cf. Lc 22, 40. 46). »

La vigilance tient ma prière tournée vers le Christ et sa venue, elle me garde dans l'aujourd'hui de Dieu. Elle s'entend aussi comme « sobriété ou garde du cœur ». Je ne laisse pas n'importe quelle pensée franchir la porte de mon cœur.

4.3.2. La persévérance

Le Pape François, en bon jésuite évoque les 'consolations et désolations,' termes qu'il faudrait prendre le temps de préciser. Le Pape nous dit : « Comment faire, donc, dans cette succession d'enthousiasmes et de découragements ? Il faut apprendre à marcher toujours. Le véritable progrès de la vie spirituelle ne consiste pas à multiplier les extases, mais à être capables de persévérer dans les moments difficiles : marche, marche, marche... Et si tu es fatigué, arrête-toi un peu et recommence à marcher. Mais avec persévérance. »

Persévérance va avec patience : le temps de Dieu n'est pas le nôtre et dans la croissance spirituelle, et donc dans la vie de prière, c'est Dieu qui donne au temps voulu.

5. Pour conclure

N'hésitons pas, là où nous sommes et quel que soit notre état de vie, à répondre fidèlement et joyeusement à l'appel du Seigneur qui nous attend dans la prière.

Allons-y humblement avec confiance, vigilance et persévérance et le Seigneur nous conduira. Les difficultés sont bien là, mais les moyens pour les surmonter existent. Alors ne craignons pas.

Oui, il y a une joie véritable dans cette réponse, qui est celle de la Bien-Aimée du Cantique. Elle cherche son Bien-Aimé avec un élan extraordinaire, ne se laisse pas arrêter par les gardes, cherche encore et encore et entend le Bien-Aimé lui dire : « pose moi comme un sceau sur ton cœur »

Je laisse le dernier mot à St Paul (1 The 5,16-18) :

« Soyez toujours dans la joie, priez sans relâche, rendez grâce en toute circonstance : c'est la volonté de Dieu à votre égard dans le Christ Jésus. »

V- Vivre au souffle de l'Esprit

Franck Taisne de Mullet

En préliminaire nous remarquerons que dans notre conscience et dans notre inconscient , nous avons souvent appris ou retenu que Le Saint Esprit était le manager des grands priants que sont les prêtres, les moines, les moniales et toutes les personnes religieuses.

Dès lors, le Saint Esprit, arme des élites ne concerne pas ou peu les fidèles, dont la mission quotidienne est loin de la prière.

Erreur commune mais grave car le Saint Esprit est un don pour tous, sans distinction de naissance ou de vocation... et comme c'est gratuit, c'est bien pour le budget ! Il est le premier à avoir inventé la notion d' Egalité de tous devant Dieu. Nous on se contente de l'égalité devant la Loi.

Nous aborderons la question en restant dans le cadre de la formation "Seigneur apprends nous à prier" donc en étant axés sur la prière.

1. Qui est le Saint Esprit ?

Le catéchisme de l' église catholique (p 152) nous dit à propos de l' Esprit Saint : "Nul ne connaît ce qui concerne Dieu sinon l'Esprit de Dieu"(1 Co 2, 11)

Or son Esprit qui le révèle nous fait connaître le Christ, son verbe, sa parole vivante, mais ne se dit pas lui-même. Celui qui "a parlé par les prophètes" nous fait entendre la Parole du père. Mais lui, nous ne l'entendons pas. Nous ne le connaissons que dans le mouvement ou il nous révèle le Verbe et nous dispose à l'accueillir dans la foi. L'esprit de vérité qui nous dévoile le Christ "ne parle pas de lui-même" (Jn 16, 13). Un tel effacement, proprement divin explique pourquoi "le monde ne peut Le recevoir, parce qu'il ne le voit pas ni ne le connaît" tandis que ceux qui croient au Christ Le connaissent parce qu'il "demeure avec eux"(Jn 14, 17)

En adorant la sainte Trinité ; la foi de l' Eglise professe aussi la distinction de personnes : quand le Père envoie son Verbe, il envoie toujours son souffle : mission conjointe ou le Fils et l'Esprit Saint sont distincts mais inséparables. Certes c'est le Christ qui paraît, Lui l'image visible du Dieu invisible mais c'est l'Esprit saint qui Le révèle.

Dans une homélie, le curé de la paroisse Notre Dame de Miséricorde nous le présente ainsi : Qui est l' Esprit saint ? "Il est le défenseur, celui qui nous protège toujours de l'accusateur. Il est là pour nous encourager sur le chemin de la Foi, de l'Espérance, de l'amour fraternel et de la confiance en Dieu."

Il est toujours en mouvement et comme l'a dit le père Marie-Eugène de l'Enfant Jésus, "l'Esprit Saint m'a toujours contrarié. Mais en mieux..."

Que veut dire "Esprit" ?

En hébreu, Esprit se dit Ruah qui dans son sens premier signifie Souffle , Air, Vent. Vivre au souffle de l'Esprit peut apparaître redondant mais exprime la position de celui qui saisit le vent pour s'orienter dans sa course comme un marin en mer.

Il a plusieurs symboles qui le représentent : l'eau, l'onction, le feu, la nuée et la lumière, la main ou le doigt de Dieu, et enfin la colombe.

Sa mission a débuté avec la Création "l' Esprit planait sur les eaux" (Genèse) puis on le retrouve chez les prophètes avec ensuite Jean le Baptiste, l'Annonciation, le baptême de Jésus... jusqu'à la Pentecôte... et à aujourd'hui.

Tout cela pour dire qu'il est réellement présent ici et maintenant et que l'on peut "vivre au souffle de l' Esprit".

2. Le rôle de l' Esprit Saint dans la prière

Le Saint Esprit a un rôle premier dans la vie du chrétien. Il est le principal agent de notre sainteté.

Comme écrit par le pape saint Jean Paul II : "La manière la plus simple et la plus commune dont l'Esprit Saint (le Souffle de la vie divine) s'exprime et entre dans l'expérience, c'est la prière. (..) L'Esprit Saint inspire la prière au cœur de l' homme, dans la diversité illimitée des situations favorables ou contraires de la vie spirituelle et religieuse. La prière est aussi la révélation que dans cet abîme qu'est le cœur de l'homme (il y a) une profondeur qui vient de Dieu et que Dieu seul peut combler, précisément par l' Esprit Saint :

"Si donc vous qui êtes mauvais vous savez donner de bonnes choses à vos enfants, combien plus le père du Ciel donnera-t-il l' Esprit saint à ceux qui l'en prient" (Lc 11, 13)

L' Esprit Saint est le Don qui vient dans le cœur de l'homme en même temps que la prière. Comme écrit par Saint Paul dans la Lettre aux Romains : "Nous ne savons pas que demander pour prier comme il faut, mais l' Esprit lui-même intercède pour nous en des gémissements inexprimables".

Ainsi, non seulement l'Esprit Saint nous amène à prier mais il nous guide de l'intérieur dans la prière, compensant notre insuffisance, remédiant à notre incapacité de prier ; il est présent dans notre prière et il lui donne une dimension divine.

Jean Paul II continue en étant heureux de constater qu'un nombre croissant de fidèles mettent la prière au premier plan et y cherchent un renouveau de leur vie spirituelle.

Cette approche est importante, car par la prière on peut trouver la force de relever l'homme, de le "sauver de lui-même, de ses illusions et de ses erreurs"

3. Comment accueillir le Saint Esprit ?

4 clés pour accueillir l' Esprit Saint :

A : Louer et rendre grâce :

Saint Thérèse de Lisieux disait : "Ce qui attire le plus de grâces du Bon Dieu, c'est la reconnaissance car si nous le remercions d'un bienfait il est touché et nous en fait 10 autres et si nous le remercions encore avec la même effusion, quelle multiplication

incalculable de grâces. J'en ai fait l'expérience, essayez et vous verrez ! Ma gratitude est sans bornes pour tout ce qu'il me donne et je le lui prouve de 1000 manières."

La louange purifie le cœur et le dispose à recevoir la grâce et les motions du Saint Esprit, dans des moments de la vie ordinaire ou dans des moments plus difficiles ou particuliers.

Il est important de s'arrêter sur ce premier point, sachant que même si l'on ne sait pas chanter, notre smartphone le fait très bien pour nous aider.

La véritable louange nous permet de détacher nos yeux de nos problèmes pour regarder Dieu, elle nous conduit à le remercier pour ce qu'IL est, pour ses bontés, sa fidélité, pour son amour.

Saint Paul nous exhorte à cultiver cette attitude :

"Entretenez-vous par des psaumes, par des hymnes et par des cantiques spirituels, chantant et célébrant de tout cœur les louanges du Seigneur." (Ep 5, 19)

Le psalmiste disait déjà "Je bénirai le Seigneur en tout temps, sa louange sans cesse sur mes lèvres".

Jean Paul II poursuit ainsi : "L'Esprit est donné à l'Eglise afin que par sa puissance toute la communauté du peuple de Dieu dans sa diversité et ses multiples manifestations persévère dans l'Espérance. L'Esprit saint, donné aux apôtres et à chacun de ceux qui veulent bien l'accueillir "est le gardien et l'animateur de cette Espérance au cœur de l'Eglise".

B : Ne rien refuser à Dieu

Il faut avoir une détermination ferme et constante d'obéir à Dieu, c'est la fidélité et la persévérance. On demande cette grâce dans la prière.

Comme l'a écrit Maître Eckart (1260-1328), dominicain allemand : "Laisse faire Dieu et sois en paix. Car dans la mesure où tu es en Dieu, tu es en paix. Dans la mesure où tu n'es pas en Dieu, tu n'es pas en paix..."

C : Vivre une obéissance confiante

Pour être attentif à l'Esprit saint, il faut accomplir la volonté de Dieu et suivre les commandements du Seigneur et les enseignements de l'Église, respecter son devoir d'État.

Il faut également être capable dans sa vie quotidienne d'obéissance dans les petites choses pour en être capable quand Dieu le demande.

D : Vivre l'abandon

Si Dieu voit une personne docile aux événements, capable d'accepter sereinement et avec une confiance filiale ce que les circonstances de la vie lui présentent, il pourra parler à son cœur et lui envoyer l'Esprit saint. Dans le cas contraire, s'il est en rébellion, l'Esprit Saint trouvera un esprit troublé.

4. Quels dons apporte-t-il ?

Comment définir le terme de dons de l'Esprit ?

Selon JPII " Ces dons sont des dispositions permanentes qui rendent l'homme docile à suivre les impulsions de l'Esprit Saint " (CEC n° 1830)

Les dons de l' Esprit Saint :

Le don de Sagesse : Reconnaître Dieu présent et manifesté dans le monde.

Le don d'Intelligence : Comprendre les vérités de la Foi, entrer dans leur sens et contempler leur harmonie intérieure

Le don de Conseil : Savoir discerner la volonté de Dieu même dans les moments difficiles, restant dirigé par la prudence (vertu)

Le don de force : Avoir le courage de dépasser les épreuves sur le chemin qui nous conduit au Salut.

Le don de Science : Savoir discerner ce qui conduit vers Dieu

Le don de Piété : Demeurer dans la confiance sous le regard de Dieu, témoin de sa tendresse auprès de tous les hommes.

Le don de Crainte : Être ou devenir conscient de la grandeur de Dieu pour ne point pécher envers lui. Il ne s'agit pas d'avoir peur de lui mais au contraire de l'accueillir pour qui il est.

Tout ceci nous conduit naturellement à Nicodème : Jn 3, 1-12

Il a rencontré le Christ de nuit et ce dernier lui a déclaré : "En vérité, en vérité je te le dis a moins de naître d'eau et d'esprit, on ne peut entrer dans le royaume de Dieu."

"Ne soit pas surpris si je t'ai dit : il vous faut renaître d'en haut. Le vent souffle où il veut, tu en entends le bruit mais tu ne sais ni d'où il vient, ni où il va. Il en est ainsi pour quiconque est né de l' Esprit."

Cette réponse était déjà induite clairement dans un passage d'Ezéchiel (Ez 36, 25-27) : "Je vous aspergerai d'eau pure et vous serez purifiés. Je vous purifierai de toutes vos impuretés et de toutes vos idoles. Je vous donnerai un cœur nouveau et je mettrai en vous un esprit nouveau (...) C'est mon Esprit que je mettrai en vous".

Le Saint Esprit est pour tous et agit selon chacun : "Je te bénis père d'avoir caché cela aux sages et aux savants".

5. Et dans la vraie vie :

Depuis la découverte de la théorie de la relativité, on sait que le temps n'est pas partout le même... Plus simplement, il passe vite quand on aime et trop lentement quand on souffre.

On prend bien du temps pour un(une) amie/ conjoint...alors pourquoi pas avec Dieu et régulièrement !

Commencez, car vous aimez Dieu, à prendre quelques minutes le matin et le soir, puis plus l'habitude vous habitera, plus vous trouverez le temps de prier plus, comme un chant d'amour ou d'amitié.

Ce n'est pas compliqué et vous commencerez à arpenter le chemin où Dieu veut vous guider.

Conclusion :

Comment percevoir les signes de l' Esprit dans nos vies ?

On reconnaît l'arbre à ses fruits dit Jésus.

On reconnaît la présence de l' Esprit ou règne une ambiance de Paix, de Joie, d'humilité et d'amour authentique.

Le Saint Esprit a été prié de nouveau, hors liturgie, depuis l'arrivée du Renouveau Charismatique (années 70) et l'on sent la force de l'Esprit toujours présent et actuel. On en parle beaucoup à la Pentecôte mais il a toute la place qu'il mérite dans notre sujet "Seigneur apprends nous à prier".

Il est si discret. Et si puissant...

L'essayer, c'est l'adopter !