

## Spiritualité de l'unité

# Qu'est-ce que prier ?

Prier, est une attitude intérieure qui peut nous accompagner tout au long de nos journées. Cet article nous invite à approfondir le sens et la pratique de la prière.

**P**rier, pour être exact, ce n'est ni prendre du temps pendant la journée pour la méditation, ni lire des passages de l'Écriture Sainte ou des textes de saints, ni essayer de penser à Dieu ou à soi-même en vue d'une réforme intérieure. Non, tout cela, ce n'est pas prier réellement. Pas plus que dire le chapelet ou les prières du matin et du soir. On peut faire cela pendant tout le jour et ne pas avoir prié une minute.

Prier vraiment, exige avant tout une relation avec Jésus : aller en esprit au-delà de notre condition humaine, de nos activités, de nos prières, aussi belles et nécessaires soient-elles, et établir avec lui une relation intime et personnelle.

Il est indispensable que nous fassions cette extraordinaire découverte : Jésus nous aime et nous appelle. Qu'est-ce que la « vocation » au fond ? On la trouve clairement présentée, et d'une manière splendide, dans la rencontre de Jésus avec le jeune homme riche. L'évangile de Marc dit : « Jésus le regarda et se prit à l'aimer ; il lui dit : ce que tu as, vends-le [...] ; puis viens, suis moi » (Mc 10,21). Jésus porte ce regard sur chacun de nous, il nous aime, nous ressentons son amour et nous pouvons choisir de le suivre. La vie de prière, essentiellement, consiste à maintenir cette relation filiale et fraternelle avec Jésus pendant toute la journée, tous les jours. La prière, c'est se mettre en rapport avec lui, c'est silencieusement écouter ce qu'il nous dit.

## La forme substantielle

Cette relation entre Jésus et nous s'établit si nous effectuons « le choix de Dieu », ce qui veut dire mettre Dieu à la première place dans toute notre vie, dans toutes nos actions. Alors les prières peuvent devenir « prière », forme substantielle de la prière, parce qu'en elle s'exprime profondément l'être humain dans sa relation avec Jésus.

Cela peut se faire de mille manières. Un genre de « prière mentale », c'est la méditation, qui se fait en suivant diverses méthodes. L'une des plus simples, c'est la lecture lente et méditative de l'Écriture Sainte ou des écrits de saints. Mais

*La prière, c'est se mettre en rapport avec Jésus, c'est silencieusement écouter ce qu'il nous dit.*



iStock



NC / alain Boudrie

*Il est indispensable que nous fassions cette extraordinaire découverte : Jésus nous aime et nous appelle.*

au-delà de la méthode employée, la méditation doit être une occasion pour trouver un moment de calme, de tranquillité avec Jésus. Il se peut que pendant ce moment nous viennent à l'esprit des préoccupations. Alors, nous en parlons à Jésus et nous lui disons : « *Penses-y toi-même, moi je ne peux rien faire, je peux seulement t'en parler.* » Nous pourrions appeler cela la « prière de demande ».

Mais dans sa substance, même quand c'est une « prière de demande », la prière est toujours abandon : même quand nous demandons quelque chose, nous nous abandonnons à ce que veut Jésus ; s'il y a des expériences douloureuses, dans notre vie ou dans celle de personnes qui nous sont chères, nous lui en parlons tranquillement, car nous savons qu'il nous aime et qu'il aime toutes les personnes bien plus que nous ne le pouvons.

### Le retour à la maison

**C'est le moment où nous sortons** d'une réalité contingente qui nous pèse et nous fait souffrir, pour être en contact avec lui, pour le trouver, pour vivre dans notre maison. La maison de chacun de nous est en fait la Trinité, le Père, le Fils, l'Esprit saint, et en eux Marie et tous les

saints. Ainsi, nous qui vivons immergés dans un monde qui nous semble réel, mais qui en fait n'est qu'apparence, nous revenons enfin chez nous, dans notre vrai monde, le monde de la Trinité. La prière est le moment le plus beau de notre vie terrestre puisque nous vivons alors avec le Père, le Fils, l'Esprit saint, avec Marie, d'une manière consciente.

Cette contemplation ne veut pas dire fuite de la vie concrète ; mais c'est la vraie vie, grâce à laquelle nous pouvons affronter chrétiennement la réalité de chaque jour, avec ses échecs, ses tribulations, la fatigue physique et nerveuse, avec tous les problèmes, que je peux et je sais justement affronter parce que j'ai vécu finalement pendant un peu de temps, une demi-heure, pendant la méditation, ma vraie vie, c'est-à-dire cet entretien avec Jésus. [...]

Dans cette rencontre, il me parle. Souvent c'est difficile de l'écouter : nous sommes assourdis par les rumeurs de chaque jour qui tentent de s'insinuer jusque dans les espaces de temps que nous dédions à la contemplation. Mais nous devons nous habituer à L'écouter, car Lui, il nous parle sans cesse.

### Le silence intérieur

**Il ne s'agit pas tant de réaliser un silence extérieur**, mais plutôt un silence intérieur, avec, toujours relativement à notre condition humaine, la maîtrise de toutes nos passions (pas seulement dans le sens négatif du terme), de notre agitation, de nos tumultes psychologiques intérieurs. Cela revient à aller au-delà de tout pour écouter Jésus qui nous parle.

Sa voix est très douce. Il faut faire silence pour l'entendre (la méditation nous offre l'occasion d'établir un silence extérieur, symbole du silence intérieur nécessaire pour écouter Jésus). Il nous dit toujours des paroles fondamentales. Quand nous sommes fatigués, troublés par les divers problèmes de la vie, il nous dit : « *Ne craignez pas, c'est moi.* » Il dit aussi : « *Ne craignez pas, j'ai vaincu le monde.* » Ou bien encore : « *Je suis avec vous.* »

Jésus se présente lui-même comme modèle, il nous montre sa vie comme modèle pour la nôtre. Une vie qui comporte des succès humains et des miracles, mais qui se conclut apparemment par un échec total, sur la croix. Les Romains ne savaient même pas qui il était ; et parmi ses coreligionnaires, les Israélites, certains pensaient qu'il était Elie ou un autre prophète...

Quand nous lui disons : « *Jésus j'ai tout raté, et je vais tout rater encore* », il nous répond : « *Moi, j'ai crié "Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ?" Voilà le but que je te propose.*

## La plus belle prière

La plus belle prière, c'est lorsque nous savons que Jésus connaît nos problèmes, nos difficultés, nos besoins (l'Évangile dit : « *Votre Père sait ce dont vous avez besoin.* » Mt 6,8). Alors nous nous laissons parler à Jésus, nous sommes donnés, totalement livrés à lui, nous éprouvons la joie de la rencontre avec lui. Nous disons à Jésus, et en lui à la Trinité : *voilà, tu connais toutes mes difficultés et mes misères, mon peu de foi, mes manques et les souffrances que je rencontre dans la vie. Maintenant je veux être avec toi et te contempler.*

*Le reste, c'est moi qui y penserai ; succès ou échec, peu importe, ce qui compte pour toi c'est de garder cette relation avec moi. »*

Ce ne sont là que quelques exemples de ce que le Seigneur nous donne, pour nous emmener au-delà du quotidien de notre existence, et nous faire vivre dans le monde éternel. Et il opère quelquefois des miracles durant les entretiens que nous pouvons avoir avec lui. Qui ne se rappelle l'épisode de cette femme qui perdait du sang ? Empêchée par la foule d'approcher Jésus pour lui demander sa guérison, elle se dit : « *Si je pouvais seulement toucher l'étoffe de son vêtement, je serais guérie.* » Elle s'avance donc et lorsqu'avec foi et amour elle parvient à toucher le vêtement du Christ, elle est guérie. Jésus sent qu'une force est sortie de lui et il demande : « *Qui m'a touché ?* » Les apôtres lui répondent : « *Seigneur, nous sommes au milieu d'une foule de gens et tu demandes qui t'a touché ?* » (voir Mc 5, 25-31). Si beaucoup l'avaient « prié », une seule avait su trouver la manière de lui parler, une seule avait trouvé « la prière ». Et à cause de cette prière humble, silencieuse, pleine de foi et d'abandon, Jésus avait senti une force se dégager de lui.

## La prière nous transforme

**Lorsque nous prions avec une telle foi**, les autres nous trouvent sereins. Même si, comme pour toutes les personnes de ce monde, notre lot est fait de souffrances, nous possédons une paix qui va au-delà. Et les autres ressentent la joie d'être avec nous, - cette joie que le monde ne sait pas donner, nous dit Jésus - car nous portons dans notre cœur un brin du Ciel où nous avons vécu pendant le temps de la prière.

Le monde entier a soif de Dieu, mais si nous ne réussissons pas à le désaltérer c'est que nous ne lui donnons que des mots qui « parlent » de Dieu. Le monde n'a besoin ni de nos paroles, ni même que nous lui parlions de Dieu, il a besoin de Dieu lui-même. C'est en écoutant l'appel de Jésus, dans un entretien continu avec lui, que nous pourrions y parvenir.

Aujourd'hui, on déprécie parfois la prière vocale, considérée comme moins importante que la prière intellectuelle. Mais seule compte la relation avec Dieu. Je peux la trouver dans n'importe quelle forme de prière, mentale ou vocale. L'oraison jaculatoire (prière courte et fervente), le chapelet, toutes les formes de piété les plus simples et les plus populaires, trop simples peut-être pour mon orgueil, sont autant d'occasions pour établir une véritable relation avec Dieu. Mais cette relation ne peut naître dans la prière si elle n'existe pas déjà dans ma vie. On ne peut pas « prier », sans avoir une vie fondée complètement sur Dieu.

André Arnold-Peltier



Nous devons acquérir une paix totale, obtenir cette plénitude que seul Dieu peut nous donner, et rayonner ainsi la paix et la sérénité autour de nous. Pour cela – je le répète – la prière est le moment le plus beau de la journée. C'est l'unique moment où nous revenons à la maison, en sortant lentement du monde qui nous entoure, tout en restant à la fois immergés dans le monde ; c'est le moment de notre entretien avec Jésus, un entretien qui n'est pas fait de paroles, comme il le dit lui-même (« *Quand vous priez, ne rabâchez pas* ») mais qui établit une authentique relation avec lui.

C'est une relation profonde d'amour, de demande, d'abandon au Père, par le Fils, dans l'Esprit Saint, avec l'aide de Marie qui, comme aux noces de Cana, s'exprime pour nous quand nous ne savons pas le faire. C'est là que se trouve la

vraie vie. Nous sommes appelés à vivre dans le sein du Père, à suivre Jésus et à vivre dans cette famille divine. La prière n'est rien d'autre que *parler en famille*, dans notre véritable maison. Voilà ce que veut être notre prière, ce qu'elle doit devenir. Le moyen sûr pour y parvenir, c'est de vivre totalement pour Dieu.

**Pasquale FORESI**

*La vie de prière, essentiellement, consiste à maintenir cette relation filiale et fraternelle avec Jésus pendant toute la journée, tous les jours.*

**Lorsqu'on établit une relation aussi authentique avec Jésus, la prière devient la réalité la plus belle et la plus vivante de notre journée. Elle devient pour nous une source d'eau vive, comme le dit Jésus : « Celui qui croit en moi, (...) de son sein couleront des fleuves d'eau vive » (Jn 7, 38).**