Jacques Philippe

Apprendre à PRIER pour apprendre à AIMER

EdB

De la rencontre avec Dieu dans la prière naîtront toutes les transformations auxquelles nous aspirons pour notre société et pour nous-mêmes, car seul le contact avec le Ciel pourra guérir notre terre.

Quelle que soit notre vocation, le premier appel que Jésus et l'Esprit Saint nous adressent est celui de la prière. Par elle nous sera révélé le visage du Père, ainsi que notre identité la plus profonde.

Ce livre, fruit d'une profonde maturité spirituelle, nous guide avec simplicité sur le chemin de l'intimité avec Dieu et nous conduit à l'essentiel : retrouver le goût de la prière personnelle et les moyens concrets de la pratiquer et d'y être fidèle.

Cette « école de prière » nous aidera à entrer en contact avec la présence de Dieu, et à nous laisser transformer intérieurement par lui pour aimer en vérité.

Jacques Philippe *est membre de la Communauté des Béatitudes depuis 1976. Il y a exercé différentes responsabilités. Prêtre depuis 1985, il est l'auteur de plusieurs ouvrages de spiritualité, et prêche des retraites en France et à l'étranger.*

Ouvrages du même auteur :

– *Recherche la paix et poursuis-la, EDB, 1991*.
– *Du temps pour Dieu, guide pour la vie d'oraison*, EDB,1992.
– *À l'école de l'Esprit Saint*, EDB, 1995.
– *La liberté intérieure, la force de la foi, de l'espérance et de l'amour*, EDB, 2002.
– *Appelés à la vie*, EDB, 2007.
– *La voie de la confiance et de l'amour*, EDB, 2011.
– *Trouver la paix intérieure*, livre audio, EDB, 2013.

*

EAN Epub : 978-2-84024-699-2
© Éditions des Béatitudes
Société des Œuvres Communautaires, septembre 2013
Conception de la couverture : Maud Warg
Illustration de couverture : © *Daniele Pietrobelli – Fotolia.com*

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

personne qui s'engage avec fidélité et bonne volonté dans le chemin de la prière en expérimentera quelque chose, au moins dans certains moments de grâce. Surtout aujourd'hui : il y a tellement de laideur, de mal, de pesanteur dans notre monde que Dieu, qui est fidèle et veut nous réveiller dans l'espérance, ne manque pas de révéler à ses enfants les trésors de son Royaume. Saint Jean de la Croix affirmait au XVIe siècle :

> « Toujours le Seigneur a découvert aux mortels les trésors de sa sagesse et de son esprit, mais maintenant que la malice découvre davantage son visage, il les découvre bien davantage[9]. »

Que dirait-il aujourd'hui !

Je suis personnellement étonné de certaines grâces de prière que reçoivent à l'heure actuelle beaucoup de personnes, par exemple des laïcs très simples au cours de l'adoration eucharistique hebdomadaire dans leur paroisse. On n'en parle pas dans les journaux, mais il y a une vraie vie mystique dans le peuple de Dieu, surtout chez les pauvres et les petits.

> *« Jésus tressaillit de joie sous l'action de l'Esprit Saint et il dit : Je te bénis, Père, Seigneur du ciel et de la terre, d'avoir caché cela aux sages et aux intelligents et de l'avoir révélé aux tout-petits. Oui, Père, car tel a été ton bon plaisir ! »* (Lc 10, 21.)

Une belle chose à noter : nous mettant en communion avec Dieu, la prière nous fait participer à la créativité de Dieu. La contemplation nourrit nos facultés créatrices et notre inventivité. En particulier dans le domaine de la beauté. L'art contemporain manque cruellement d'inspiration et ne produit souvent qu'une laideur affligeante, alors que l'homme a tant soif de beauté. Seul un renouveau de foi et de prière pourra permettre aux artistes de retrouver les sources de la véritable créativité pour être en

mesure de procurer à l'homme la beauté qui lui est si nécessaire, comme l'ont fait un Fra Angelico, un Rembrandt, un Jean-Sébastien Bach.

5. Connaissance de Dieu et connaissance de soi

Un des fruits de la prière est l'entrée progressive dans une connaissance de Dieu et une connaissance de soi-même. Il y aurait énormément de chose à dire sur ce sujet et une très riche tradition existe à ce propos chez les auteurs spirituels. Je ne peux en parler que brièvement.

La prière nous introduit peu à peu dans une vraie connaissance de Dieu. Non pas un Dieu abstrait, lointain, le « grand horloger » de Voltaire ou le Dieu des philosophes et des savants. Ni même celui d'une certaine théologie froide et cérébrale. Mais le Dieu personnel, vivant et vrai, le Dieu d'Abraham, d'Isaac et de Jacob, le Père de notre Seigneur Jésus Christ. Le Dieu qui parle au cœur, selon l'expression de Pascal. Non pas un Dieu au sujet duquel nous nous contentons de quelques idées héritées de notre éducation ou notre culture, ou encore un Dieu qui serait le produit de nos projections psychologiques, mais le Dieu véritable.

La prière nous permet de passer de nos idées sur Dieu, de nos représentations (toujours fausses ou trop étroites) à une expérience de Dieu. C'est bien différent. Dans le livre de Job, on trouve cette belle expression :

> « *Je ne te connaissais que par ouï-dire, mais maintenant mes yeux t'ont vu !* » (Jb 42, 5.)

L'objet principal de cette révélation personnelle de Dieu, fruit essentiel de la prière, est de le connaître en tant que Père. Par le Christ, dans la lumière de l'Esprit, Dieu se révèle comme Père. Le passage de Luc que nous avons cité plus haut, où Jésus exulte de joie pour la révélation cachée aux sages et aux

intelligents, mais manifestée aux tout-petits, se poursuit par ces mots :

« Tout m'a été remis par mon Père, et nul ne sait qui est le Fils si ce n'est le Père, ni qui est le Père si ce n'est le Fils, et celui à qui le Fils veut bien le révéler. »

Cela montre bien que l'objet de cette révélation est le mystère de Dieu comme Père. Dieu comme source intarissable de vie, comme Origine, comme don inépuisable, comme générosité, et Dieu comme bonté, tendresse, miséricorde infinie. Le très beau passage du livre de Jérémie au chapitre 31, qui annonce la Nouvelle Alliance, se termine par ces mots :

« Voici l'alliance que je conclurai avec la maison d'Israël après ces jours-là, oracle du Seigneur. Je mettrai ma Loi au fond de leur être et je l'écrirai sur leur cœur. Alors je serai leur Dieu et eux seront mon peuple. Ils n'auront plus à instruire chacun son prochain, chacun son frère, en disant : "Ayez la connaissance du Seigneur !" Car tous me connaîtront, des plus petits jusqu'aux plus grands, oracle du Seigneur, parce que je vais pardonner leur crime et ne plus me souvenir de leur péché. »

Ce texte associe de manière très belle la connaissance de Dieu accordée à tous avec l'effusion de sa miséricorde, de son pardon.

Dieu est connu dans sa grandeur, sa transcendance, sa majesté et sa puissance infinie, mais en même temps dans sa tendresse, sa proximité, sa douceur, sa miséricorde inépuisable. Connaissance qui n'est pas un savoir, mais une expérience vivante de tout l'être.

Cette connaissance de Dieu accordée à tous aux temps messianiques est aussi annoncée de manière très évocatrice par le prophète Isaïe :

« Le pays sera rempli de la connaissance du Seigneur, comme

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Dans ce deuxième chapitre, je voudrais répondre à la question suivante : Qu'est-ce qui permet à notre vie de prière de réaliser une vraie rencontre avec Dieu et, en conséquence, de porter des fruits abondants et durables ?

Dans le prologue de son ouvrage *La montée du Mont Carmel*, saint Jean de la Croix affirme une chose étonnante :

« Il y a plusieurs âmes qui pensent n'avoir point d'oraison et néanmoins en ont beaucoup, et d'autres, au contraire, qui pensent en avoir beaucoup et n'en ont que fort peu. »

Autrement dit, il y a des personnes qui pensent mal prier et qui prient très bien, alors que d'autres s'imaginent bien prier et prient mal !

Comment faire la différence ? Sur quels critères ?

Il n'est pas facile de porter un discernement sur la qualité d'une vie de prière. Surtout s'il s'agit de la sienne ! Je vais pourtant m'aventurer sur ce terrain délicat, car la question est d'importance.

Pour évaluer notre vie de prière, nous pouvons partir de deux points de vue : celui des fruits et celui de la manière de procéder pour prier. Je vais m'intéresser aux deux successivement.

1. La prière comme lieu de pacification intérieure

« On reconnaît l'arbre à ses fruits », dit le Seigneur dans l'Évangile (Mt 12, 33). Si notre prière est authentique, elle portera des fruits : elle nous rendra plus humbles, plus doux,

plus patients, plus confiants, etc. Elle fera éclore peu à peu dans notre vie tous les *« fruits de l'Esprit »* dont Paul donne une liste dans la lettre aux Galates : *« charité, joie, paix, longanimité, serviabilité, bonté, confiance dans les autres… »* (Ga 5, 22)

Surtout, elle nous fera davantage aimer Dieu et notre prochain. La charité est le fruit et le critère ultime de toute vie de prière. *« Si je n'ai pas l'amour, je ne suis rien ! »* affirme saint Paul avec force (1 Co 13, 1-3).

Sans vouloir enlever à ce critère sa priorité absolue (avec cependant cette question : peut-on mesurer son degré d'amour ?), je crois qu'en pratique, il n'est pas faux de prendre comme critère celui de la paix.

On peut affirmer qu'une vie de prière est dans son ensemble « en place » chez une personne si elle l'expérimente comme un lieu de pacification. Elle peut dire : ma prière n'est pas fantastique, je suis loin d'être un grand mystique, j'ai souvent des distractions et des moments d'aridité ; la plupart du temps, je ne ressens pas grand-chose et je ne me prétends absolument pas arrivé au sommet de la vie spirituelle. Malgré cela, je reconnais que le fait pour moi de prendre régulièrement ces rendez-vous avec le Seigneur produit un effet de pacification intérieure. Cette paix n'est pas toujours ressentie avec la même intensité, elle est cependant un résultat fréquent de mes temps d'oraison. Ceux-ci me permettent d'être plus tranquille, plus confiant, de prendre une certaine distance à l'égard des problèmes et des soucis, de moins dramatiser les difficultés qui pèsent sur ma vie… Et je sens bien que cette paix, cette mise à distance des inquiétudes, n'est pas le fruit de mes réflexions ou de mes efforts psychologiques, mais qu'elle est reçue comme un don, une grâce. De manière inattendue parfois : j'aurais toutes les raisons au monde d'être inquiet et voilà que mon cœur reçoit

une tranquillité dont je me rends bien compte qu'elle n'est pas de ma fabrication. Un Autre en est la source…

Si l'on réfléchit bien, il ne peut pas en être autrement : Dieu est un océan, un abîme de paix. Si ma prière est sincère et me met vraiment en communion avec lui, une part de cette paix divine ne peut pas ne pas m'être transmise. « La prière nous fait don, chaque jour, d'une paix toute neuve », dit le père Matta El Maskîne, le grand artisan du renouveau monastique actuel chez les Coptes d'Égypte[13].

Il y a en Dieu une intensité de vie dont nous sommes incapables de mesurer la puissance ; *« le Seigneur ton Dieu est un feu dévorant »* (Dt 4, 24) et, en même temps, il y a en Dieu une douceur, une paix, d'une profondeur infinie, qui se communique au moins en partie à notre cœur quand nous nous tenons dans une humble ouverture à sa présence. *« Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et je vous donnerai le repos ! »* (Mt 11, 28) *« La paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, prendra sous sa garde vos cœurs et vos pensées, dans le Christ Jésus »* (Ph 4, 7).

Ce don de la paix intérieure est précieux, car c'est dans ce climat de paix que l'amour peut grandir. Cette paix nous rend disponibles au travail de la grâce et elle facilite notre discernement dans la perception des situations et des décisions à prendre. Elle n'est évidemment pas toujours éprouvée de la même manière ; il est normal que nous ayons des hauts et des bas dans ce domaine, que nous traversions des moments d'épreuve où l'inquiétude nous saisit sans que nous puissions nous en libérer facilement.

Mais mon affirmation reste vraie : si, dans l'ensemble, sur le long terme, nous expérimentons notre vie de prière comme étant une source habituelle de pacification intérieure, cela est un très

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

et tout silence, parce qu'ils craignent cette inéluctable confrontation avec eux-mêmes à laquelle la prière les oblige.

Cette expérience ne doit pas nous faire peur, elle est normale, et même absolument nécessaire. Jésus a dit un jour au roi saint Louis de France : « Tu voudrais prier comme un saint, moi je t'invite à prier comme un pauvre ! »

La prière nous met inexorablement face à ce que nous sommes en vérité. Toute personne porte sa zone d'ombre, cette partie d'elle-même parfois lourde à porter, source de honte, de culpabilité, d'inquiétude : limites humaines, fragilité psychologique, blessures affectives, complicités avec le mal, impuissances, chutes de nature diverse, etc. La prière nous fait entrer de plus en plus profondément dans la lumière de Dieu et celle-ci, comme le rayon de soleil qui traverse une pièce sombre et révèle le moindre grain de poussière en suspension dans l'air, met en évidence nos imperfections et notre péché.

Il n'y a évidemment pas que la prière qui soit une expérience de pauvreté, c'est toute la vie et ses situations difficiles qui nous font éprouver nos limites, nos fragilités, nos blessures, nos péchés. Mais la prière intensifie la conscience de tout cela et oblige à s'y confronter sans échappatoire possible.

Que faire, alors ? Surtout ne pas paniquer. *« Ce ne sont pas les gens bien portants qui ont besoin de médecin, mais les malades. Je ne suis pas venu appeler les justes, mais les pécheurs ! »* a dit Jésus (Mc 2, 17).

Notre porte de salut réside dans une double attitude : l'humilité et l'espérance. Il s'agit de consentir pleinement à ce que nous sommes, d'accepter la révélation cruelle de nos limites et de nos fautes, d'en profiter pour apprendre à mettre en Dieu seul toute notre confiance et notre espoir, et non plus dans nos qualités et nos bonnes actions.

« Tout homme qui s'élève sera abaissé, mais celui qui s'abaisse sera élevé. » (Lc 18, 14) Par ces mots, l'Évangile nous invite à reconnaître et à accepter pleinement notre misère, aussi profonde et inquiétante soit-elle, et à nous jeter dans les bras de Dieu avec une confiance aveugle dans sa miséricorde et sa puissance. Nous devons nous accepter radicalement pauvres et transformer cette pauvreté en cri, en attente, en espérance invincible. Dieu viendra alors à notre secours. *« Un pauvre a crié, le Seigneur écoute, et de toutes ses angoisses il le sauve ! »* (Ps 34, 7) *« Il n'a point méprisé, ni dédaigné la pauvreté du pauvre, ni caché de lui sa face, mais, invoqué par lui, il écouta. »* (Ps 22, 25)

La seule prière que Dieu entend est celle du pauvre. Non pas celle du pharisien, satisfait de lui-même et de ses bonnes actions, qui remercie Dieu d'être meilleur que les autres, mais celle du publicain qui se tient à distance et se frappe la poitrine en disant : *« Mon Dieu, aie pitié du pécheur que je suis ! »* (Lc 18, 13.) La prière qui traverse le ciel, qui touche le cœur de Dieu et attire sa grâce, est celle qui jaillit de la profondeur de notre misère et de notre péché. *« Des profondeurs je crie vers toi, Seigneur, écoute mon appel ! »* (Ps 130, 1.)

10. La puissance de l'humilité

L'expérience douloureuse de notre pauvreté radicale doit nous pousser à l'humilité et à l'espérance, qui sont au fond indissociables. L'humilité, c'est reconnaître que tout ce que nous sommes et ce que nous avons est un don totalement gratuit de l'amour de Dieu, que nous ne pouvons absolument rien nous attribuer : *« Qu'as-tu que tu n'aies reçu ? »* dit saint Paul (1 Co 4, 7). C'est aussi de consentir paisiblement à nos limites et à nos fragilités. « Aimer sa petitesse et sa pauvreté », selon l'expression de Thérèse de Lisieux[24].

Il est vital pour nous de comprendre la force inouïe de l'humilité et de l'espérance. Saint Paul dit : *« L'espérance ne déçoit pas. »* (Rm 5, 5) Saint Jean de la Croix affirme : « On obtient de Dieu autant qu'on en espère[25]. » Cette parole est la plus consolante qui soit : par l'espérance, nous pouvons, de manière certaine, tout obtenir de Dieu. Elle consiste, dans la pauvreté radicale, à tout attendre de Dieu avec pleine confiance. Celui-ci nous donnera, non pas selon nos vertus, nos qualités, nos mérites, nos bonnes œuvres, mais *selon notre espérance*. Même chose pour l'humilité : *« Dieu résiste aux orgueilleux, mais c'est aux humbles qu'il donne sa grâce. »* (1 P 5, 5) *« De salut il pare les humbles. »* (Ps 149, 4) Elle a un pouvoir absolu sur le cœur de Dieu, elle attire toute la plénitude de sa grâce. Unie à l'espérance, elle « oblige », pour ainsi dire, Dieu à descendre pour s'occuper de nous.

Si nous mesurions vraiment cette puissance de l'humilité, nous considérerions comme le plus grand des trésors tout ce qui nous contraint à devenir humbles : nos misères, nos incapacités, nos chutes. « Plus l'âme est affligée, dépouillée et humiliée profondément, plus elle conquiert, avec la pureté, l'aptitude des hauteurs. L'élévation dont elle devient capable se mesure à la profondeur de l'abîme où elle a ses racines et ses fondations », dit Angèle de Foligno[26]. Si nous voulons monter très haut, il nous faut d'abord descendre très bas ! Thérèse d'Avila s'exprime ainsi : « Je tiens le jour où l'humble révélation de nous-mêmes nous a valu bien des afflictions et bien des peines pour une plus grande grâce du Seigneur que beaucoup de journées d'oraison[27]. » Elle dit ailleurs : « Tout l'édifice de l'oraison est fondé sur l'humilité et plus une âme s'abaisse dans l'oraison, plus Dieu l'élève[28]. »

J'ai lu récemment des textes d'une moniale française du XVIIe siècle, Catherine de Bar, qui, durant sa vie, a fondé dix

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Prier, c'est accueillir une présence. Il est donc utile de méditer sur les différentes façons dont Dieu se rend présent à nous. Il le fait en effet de multiples manières : dans la création, dans sa Parole transmise par l'Écriture, dans le mystère du Christ, dans l'Eucharistie, en habitant notre cœur, etc. Ces différentes modalités de la présence de Dieu ne sont pas de même nature, il faut les distinguer et on ne peut pas les mettre toutes sur le même plan. Elles ont cependant toutes leur importance et peuvent orienter notre manière de prier. Nous allons nous y intéresser maintenant.

Précisons une chose. Là où Dieu est présent, il est en même temps caché. Que ce soit dans la nature, dans l'Eucharistie, dans le fond de notre âme, Dieu est réellement présent, mais d'une présence qui n'est pas accessible par les moyens habituels de la perception humaine. Aucune observation, aucune psychanalyse, aucune expérimentation scientifique, aucun microscope ou scanner ne peut détecter nulle part la présence divine. Le seul « instrument », si je puis dire, qui peut donner accès à cette présence, la révéler, est celui dont nous avons longuement parlé au chapitre précédent : « la foi imbibée d'amour », pour reprendre une expression de Sr Marie de la Trinité.

Dieu est intimement présent à toute réalité, il ne désire rien autant que de se révéler, mais il est un Dieu caché. *« En vérité, tu es un dieu qui se cache, Dieu d'Israël, Sauveur. »* (Is 45, 15) Le seul moyen de le faire sortir de sa cachette est la quête

amoureuse. La foi et l'amour le « débusquent » là où tous les autres moyens restent inefficaces. Dieu ne peut être trouvé et possédé que par la foi et l'amour, car il ne veut pas s'unir à nous autrement que dans une rencontre amoureuse. Par sa nature même, l'amour n'est pas objet de preuve matérielle ou scientifique, il est objet de confiance. Nous voudrions parfois que la présence de Dieu soit plus visible, plus convaincante, qu'on puisse la démontrer de manière irréfutable, de sorte que tous les incroyants soient confondus, mais ce n'est pas possible dans le cheminement de cette terre. Il ne peut pas en être autrement, sinon Dieu cesserait d'être un Dieu mendiant de notre amour et respectueux de notre liberté. Dieu ne veut pas que nous soyons attachés à lui par d'autres liens que celui de l'amour. Dieu se révèle à nous, non pas à travers des manifestations ou preuves contraignantes, mais à travers des signes souvent discrets, des indices, des appels, en suscitant de notre part une libre adhésion de foi. Nous ne sommes jamais dispensés d'un acte de foi pour saisir la présence divine.

Mais, à partir du moment où les yeux de la foi s'ouvrent, où l'acte de foi est sincèrement posé, toute la réalité de sa présence et la richesse de son amour deviennent accessibles.

Je voudrais maintenant, sans chercher à être exhaustif, évoquer certains aspects de la présence de Dieu importants pour orienter notre vie de prière.

1. Présence de Dieu dans la nature

La première parole de Dieu est sa création. Il exprime sa bonté, sa puissance, sa sagesse à travers le monde qui nous entoure. Saint Jean de la Croix emmenait souvent ses novices faire oraison dans la nature. Le père Alexander Men disait (cette parole est très forte de la part d'un Russe orthodoxe) qu'une feuille d'arbre vaut mieux que mille icônes. Elle sort

directement de la main du Créateur, si l'on peut dire. Quand il était enfant, le futur saint Jean de Cronstadt (appartenant lui aussi à l'Église orthodoxe russe), qui aimait beaucoup la nature, s'arrêtait parfois devant une fleur en murmurant : « Voilà Dieu[44] ! » Il ne s'agit pas évidemment de tomber dans un panthéisme (Dieu et sa création sont bien distincts) ni une sacralisation de la nature, mais d'y reconnaître une empreinte de l'amour divin. Il est touchant de voir combien tous les saints se sont émerveillés devant la beauté du monde et combien ils ont perçu l'amour et la sagesse de Dieu dans les choses créées. Nous connaissons le *Cantique des créatures* de frère François et les poèmes mystiques de saint Jean de la Croix, qui, en contemplant la nature, y voient les traces de la divine beauté.

Ô forêts, sombres bosquets,
Qui fûtes plantés par la main de l'Ami,
Pâturage verdoyant,
Ô pré de fleurs émaillé,
Dites-moi s'il passa au milieu de vous.

En répandant mille grâces,
Il a passé par ces bois en grande hâte ;
Posant sur eux son regard,
D'un reflet de son visage
Il les laissa tout revêtus de beauté[45].

L'homme contemporain est souvent trop coupé de la nature, le monde dans lequel il vit se réduit à un univers de macadam, de béton et d'écrans de toutes sortes. Prisonnier d'un monde fabriqué, virtuel, projection de ses fantasmes, au lieu d'être en contact avec la création. Il est parfois coupé de Dieu (et de lui-même) à cause de cela.

Le Psaume 19 nous dit : *« Les cieux chantent la gloire de*

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

moindre, est *« le glaive de l'esprit, c'est-à-dire la Parole de Dieu »*.

Cela nous invite à prendre davantage conscience de la place de la sainte Écriture, comme aide indispensable pour traverser les combats et les épreuves de cette vie.

Il est vital de pouvoir nous appuyer sur la sainte Écriture dans les luttes qui sont les nôtres. Le pape Jean-Paul II disait qu'un chrétien qui ne prie pas est un chrétien en danger[56]. Je dirais de manière analogue qu'un chrétien qui ne lit pas régulièrement la Parole de Dieu est un chrétien en danger. *« L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu. »* (Dt 8, 3) Il y a trop de confusion dans les mentalités qui nous entourent et les discours qu'assènent les médias, et trop de faiblesse en nous, pour que nous puissions nous dispenser de la lumière et de la force que nous puisons dans la Bible.

Les évangiles synoptiques, en particulier celui de Marc, indiquent combien les foules étaient frappées par l'autorité de la parole de Jésus : *« Ils étaient frappés de son enseignement, car il les enseignait comme ayant autorité, et non pas comme les scribes. »* (Mc 1, 22) Et plus loin : *« Qu'est cela ? Un enseignement nouveau, donné d'autorité ! Même aux esprits impurs, il commande et ils lui obéissent. »* (Mc 1, 27) Cette autorité qui marque tant les auditeurs a deux aspects. Le premier aspect de cette autorité est le fait que Jésus parle en son nom propre, et non pas en s'appuyant sur l'autorité de quelqu'un d'autre. Il se démarque ainsi de l'enseignement habituel des rabbins de son époque, qui n'affirmaient rien sans se référer aux sages qui les avaient précédés (tout en ajoutant leur note propre, bien entendu). Jésus n'est pas un maillon dans la transmission de la Parole, il est la Parole elle-même, dans sa source et son

jaillissement. L'autre aspect de cette autorité de la Parole de Jésus est sa puissance et son efficacité. Quand il chasse un démon, celui-ci fuit sans pouvoir résister. Quand il ordonne à la mer démontée : *« Silence ! Tais-toi ! »*, il se fait un grand calme (pas seulement dans les flots, mais aussi dans le cœur agité et inquiet des disciples !). Quand il dit à une pauvre pécheresse : *« Tes péchés sont pardonnés ! »*, la femme se sent immédiatement tout autre, purifiée et réconciliée en profondeur avec Dieu et avec elle-même, revêtue d'une dignité nouvelle, heureuse d'être qui elle est.

Cette autorité n'est pas pour nous écraser, bien au contraire, elle est autorité contre le mal, contre nos ennemis, contre l'Accusateur. Autorité en notre faveur, pour notre édification et notre consolation. Il est indispensable d'apprendre à nous appuyer sur cette autorité de la Parole de Dieu, qui recèle une force que n'a aucune parole humaine.

Nous vivrons des moments de notre vie où cette autorité bienfaisante de la Parole de Dieu sera notre planche de salut. Dans certaines périodes d'épreuve, la seule manière de tenir bon sera de nous appuyer, non sur nos pensées et nos raisonnements (qui manifesteront leur radicale fragilité), mais sur une parole de l'Écriture. Jésus lui-même, tenté au désert par le diable, s'est servi de l'Écriture pour lui résister. Si nous restons seulement au plan de raisonnements et de considérations humaines, le Tentateur sera un jour plus rusé et plus fort que nous. Seule la Parole de Dieu est à même de le désarmer.

Nous avons tous fait ou nous ferons un jour cette expérience : dans certains moments de trouble, de doute, d'épreuve, si nous restons au niveau de la réflexion, nous ne pouvons pas nous en sortir. Dans des situations d'inquiétude concernant l'avenir par exemple, si nous essayons de calmer cette inquiétude à coups de

raisonnements, nous risquons de nous trouver dans une impasse totale. En effet, entre les motifs que nous avons de nous inquiéter et ceux que nous avons de nous rassurer, nous ne savons jamais trop ce qui va l'emporter, tant notre raison est incapable de tout prévoir et de tout maîtriser. Le seul moyen de faire pencher la balance du bon côté (celui de la confiance, de l'espérance, de la paix) n'est pas de multiplier les arguments (on en trouvera toujours un en sens inverse), mais de laisser revenir à notre esprit une parole de l'Écriture et de nous appuyer avec foi sur cette parole : *« Ne vous inquiétez pas du lendemain »* (Mt 6, 34), ou encore : *« Ne crains pas, petit troupeau, car votre Père s'est complu à vous donner le Royaume »* (Lc 12, 32), ou bien : *« Tous les cheveux de votre tête sont comptés »* (Lc 12, 7).

La vraie paix ne dérive pas de la conclusion d'un raisonnement humain. Elle ne peut venir que d'une adhésion du cœur aux promesses de Dieu que nous communique la Parole. Lorsque, dans un moment de doute ou de confusion, nous adhérons par un acte de foi à une parole de l'Écriture, l'autorité propre à cette parole devient pour nous un soutien et une force. Il ne s'agit pas d'une baguette magique qui immuniserait totalement contre toute perplexité et toute angoisse. Mais dans l'adhésion confiante à la Parole de Dieu, on trouve mystérieusement une force que rien d'autre ne peut nous procurer. Elle a un pouvoir particulier pour nous établir dans l'espérance et dans la paix, quoi qu'il arrive. L'épître aux Hébreux évoque, à propos de la promesse de Dieu à Abraham, cette *« garantie du serment* [qui] *met un terme à toute contestation »* (He 6, 16). La Parole de Dieu, saisie dans la foi, a le pouvoir de mettre un terme à nos irrésolutions et au va-et-vient de nos raisonnements incertains, pour nous établir dans la vérité et dans la paix. L'espérance que procure cette Parole est *« l'ancre de notre âme, sûre autant que*

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

de détente, de relaxation, de réceptivité, et d'autre part un état d'attention à une réalité vers laquelle je suis tout entier orienté.

Pour être recueilli dans la prière, il faut donc d'une part être détendu, abandonné, et d'autre part attentif à la présence divine, sous l'une des modalités que j'ai évoquées plus haut. Par exemple, je me tiens dans une église, je suis calme et paisible et je suis tout entier tourné, par l'attention de mon cœur, vers le Saint-Sacrement exposé. Ou encore, assis dans un coin de ma chambre, je lis un passage d'Évangile, tranquillement et paisiblement, et je me rends pleinement accueillant à ce que me dit ce texte, je le reçois dans ma mémoire.

Sauf grâce particulière, un recueillement total n'est généralement pas possible. Mais il faut y tendre autant qu'il dépend de nous. Il y a un recueillement actif : faire ce qui m'appartient, selon mes capacités présentes, pour être détendu, physiquement (relaxé, sans tensions ni crispations du corps), psychologiquement (laisser de côté soucis et inquiétudes) et spirituellement (s'abandonner à Dieu) et pour me centrer sur la présence Divine, dans la Parole que je médite, dans l'Eucharistie que j'adore, dans mon propre cœur où je descends, et ainsi de suite, comme nous l'avons vu plus haut, selon l'orientation de ma prière.

Dans cette recherche de recueillement actif, ce qui favorise la détente physique et psychologique n'est pas sans importance. Il ne faut pas trop se focaliser là-dessus au point de transformer le temps de prière en technique psycho-physique, ce serait une grave erreur. Mais nous sommes des êtres incarnés et le physique influe sur le spirituel. Une position corporelle détendue, une douce respiration dont on prend conscience, une manière de bien nous poser dans l'instant présent, d'habiter notre corps, peut faciliter la prière. La clé de tout est de tendre

vers un état de réceptivité.

Nous pouvons progressivement recevoir la grâce d'un recueillement que j'appellerai « passif », car il n'est pas le seul résultat de ce que nous mettons en œuvre de notre côté, mais il est de l'ordre d'un don de Dieu, d'une grâce surnaturelle. État de paix profonde, d'abandon et d'intense attention à quelque chose que Dieu nous fait percevoir de lui, qui peut avoir sur nous une emprise d'une profondeur variable. On peut être légèrement touché, effleuré par la grâce, ou complètement « saisi », avec tous les intermédiaires possibles. Sachant que l'attention à Dieu dont il est question ici est davantage un acte de la volonté, du cœur, de l'amour, qu'un acte de l'intelligence. Comme le disait un texte que j'ai cité précédemment, il est plus facile au cœur, par l'amour, de se centrer sur Dieu, qu'à l'intelligence, qui est plus mobile et a beaucoup plus de mal à se fixer, étant presque toujours sujette à des distractions. Une certaine attention de l'intelligence est évidemment nécessaire pour éveiller et nourrir l'amour, mais, sauf grâce particulière, il n'est en général pas possible de l'immobiliser complètement dans un état d'attention à Dieu. Ce serait même dangereux de vouloir le faire à tout prix, car source de tension psychique et de fatigue.

Au plan spirituel, comme je l'ai développé longuement plus haut, il faut se rappeler toujours que l'essentiel n'est pas telle ou telle méthode, telle ou telle manière de procéder, mais les dispositions intérieures du cœur : foi, confiance, humilité, acceptation de sa faiblesse, désir d'aimer… Les multiples manières de « décliner » la foi, l'espérance et l'amour. Le but de tout procédé dans la prière est de nourrir, d'entretenir, d'exprimer ces attitudes fondamentales. À supposer, comme on en a parfois la grâce (car c'en est une, cela dépasse déjà l'exercice des facultés humaines) que l'on se tienne devant Dieu

dans le silence et le calme, sans idées particulières, sans un ressenti émotionnel spécial, mais dans une attitude profonde et simple, une orientation du cœur vers Dieu dans un unique acte qui combine foi, espérance et amour, cela suffirait. Il n'y a pas à chercher autre chose : cela est assez pour qu'il y ait communication réelle avec Dieu, et que les fruits apparaissent tôt ou tard…

Un petit mot sur les attitudes corporelles. La prière n'est pas un exercice de pénitence corporelle. Des positions trop inconfortables dans lesquelles le corps se rappelle sans cesse à notre souvenir ne sont évidemment pas souhaitables, il faut des positions dans lesquelles on peut durer avec une certaine stabilité et favorisant l'état de recueillement dont je parlais plus haut. Ceci dit, il peut y avoir des moments dans la prière où, pour réveiller une attention, pour exprimer un désir amoureux, pour formuler une imploration ou d'autres dispositions intérieures qui nous habitent, nous ressentons le besoin de fortifier cette attitude intérieure en l'extériorisant par une position ou des gestes particuliers : nous tenir à genoux, nous prosterner, joindre les mains, les ouvrir ou les lever, baiser notre Bible, etc. Avec discrétion et sagesse, il est bénéfique de jouer là-dessus. Quand l'esprit s'exprime par le corps, il se fortifie. Il y a un « langage du corps » qui a sa place dans la prière, liturgique mais aussi personnelle[62]. Nous avons besoin de le redécouvrir en Occident où l'on a trop souvent fait de la prière un exercice purement intellectuel, sans y intégrer les ressources du corps. Une juste attitude du corps induit une juste attitude du cœur.

Dans le régime propre au christianisme, être spirituel ne signifie pas s'évader ou se dégager de son corps, mais, au contraire, l'habiter pleinement. C'est le corps qui nous met en

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Aujourd'hui, la répétition n'a pas toujours bonne presse. Nous sommes dans un monde qui, parce qu'il a perdu le sens des choses les plus élémentaires de la vie, est dans une quête permanente de nouveautés. La répétition peut, il est vrai, être machinale, routinière, mais elle peut aussi signifier l'inscription de l'amour dans la durée. Elle est intrinsèquement liée à la vie : heureusement pour nous que le cœur ne se lasse jamais de répéter son battement, ni la respiration son rythme !

Comme nous l'avons déjà évoqué, le rythme a un rôle fondamental dans l'existence humaine. Il a un effet pacifiant, il permet qu'une énergie se déploie dans la durée sans gaspillage ni épuisement. Il permet à un désir, une intention de l'âme, de s'extérioriser par le corps et, en même temps, de s'enraciner dans le cœur. Il est accueil du réel, de l'incarnation, de l'inscription de la condition humaine dans les rythmes de la nature et de la vie. Il est ouverture à un sens profond qui nous dépasse, au-delà des perceptions de l'intelligence rationnelle. Il nous fait accéder à une sorte de sagesse, d'intelligence de la vie, dans une dépendance consentie envers le Créateur.

La prière est appelée à devenir non pas une activité parmi d'autres, mais l'activité fondamentale de notre existence, le rythme même de notre vie profonde, la respiration de notre cœur, si je puis dire. Les prières répétitives nous y aident, en tant qu'effort humain, quête persévérante, dans l'espérance que la grâce divine accorde ce que mendie le désir à travers l'humble et inlassable répétition des mêmes mots.

Le père Timothy Radcliffe, dans un passage sur le Rosaire de son livre *Je vous appelle amis*, s'exprime sur ce sujet de la répétition, utilisant une belle citation de l'écrivain catholique anglais Chesterton :

Quand nous aimons, nous savons bien qu'il ne suffit jamais de

dire une seule fois « Je t'aime ». Nous voulons le dire encore et encore, espérant aussi que l'autre souhaitera l'entendre encore et encore.

G. K. Chesterton a expliqué que la répétition est une caractéristique de la vitalité des enfants, qui aiment qu'on leur raconte les mêmes histoires, avec les mêmes mots, encore et toujours, nullement par ennui ou manque d'imagination, mais par joie de vivre.

Chesterton écrivait : « C'est parce que les enfants débordent de vitalité, parce qu'ils sont farouches et libres d'esprit, qu'ils veulent que les choses se répètent et ne changent pas. Ils demandent toujours "encore !" ; et la grande personne recommence, encore, jusqu'au bord de l'épuisement car les grandes personnes ne sont pas assez fortes pour exulter dans la monotonie. Peut-être Dieu est-il assez fort, Lui, pour exulter dans la monotonie. Peut-être Dieu dit-il tous les matins au soleil : "Allez, encore" ; et tous les soirs à la lune : "Allez, encore." Ce n'est pas forcément une absolue nécessité qui fait toutes les marguerites semblables ; peut-être Dieu crée-t-il chaque marguerite séparément, mais ne se lasse jamais de les faire ainsi. Peut-être Dieu a-t-il un éternel appétit d'enfance ; car si nous avons péché et nous avons grandi, notre Père est plus jeune que nous. La répétition dans la nature n'est peut-être pas une simple récurrence, mais, comme au théâtre, un bis où le ciel rappellerait l'oiseau qui a pondu. »

Il est donc tout à fait légitime d'occuper le temps d'oraison par l'utilisation de ces prières répétitives, en particulier dans les moments de fatigue, de difficulté à mobiliser les facultés intellectuelles, ou encore quand nous nous sentons poussés par le Saint-Esprit à une prière plus pauvre que la méditation, mais plus simple, plus ramenée à l'essentiel, sans faire trop appel à

l'activité de l'intelligence discursive ou de l'imagination, pour favoriser celle du cœur. Cette répétition doit se faire doucement, paisiblement, sans que cela devienne un effort tendu (ce qui serait contre-productif), en étant attentifs à la présence de Dieu en nous et en occupant doucement le corps et l'esprit par la formule de prière utilisée. Le rythme de la répétition peut favoriser l'entrée dans un état de recueillement. La fidélité à cette humble mais sincère recherche de Dieu qui s'exprime dans cette prière peut nous accorder peu à peu la grâce d'entrer dans une vraie contemplation et union amoureuse avec Dieu.

L'avantage de ces prières répétitives, outre leur simplicité, est qu'elles peuvent progressivement devenir une sorte d'habitude (au bon sens du terme) qui en fait une ressource précieuse pour prier à bien d'autres moments de la journée que le temps consacré à l'oraison proprement dite : en voiture, en promenade, dans les moments d'insomnie, au cours d'activités ou de travaux dans lesquelles l'esprit n'est pas complètement absorbé pour la tâche qui l'occupe, etc.

Ajoutons quelques réflexions sur la prière de Jésus et sur le Rosaire.

10. La prière de Jésus

On trouve, à la base de la prière de Jésus, une ancienne et belle spiritualité du nom de Jésus, qui trouve ses racines dans l'Écriture[69]. Jésus lui-même nous appelle à prier en son nom : *« Tout ce que vous demanderez au Père en mon nom, il vous le donnera »* (Jn 16, 23) et les Actes des Apôtres parlent souvent de la puissance du nom de Jésus, affirmant qu'*« il n'y a pas sous le ciel d'autre nom donné aux hommes, par lequel nous devions être sauvés »* (Ac 4, 12).

Dès les premiers siècles de l'ère chrétienne s'est développée une belle tradition d'invocation du nom de Jésus dans la prière,

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Table des matières

Couverture
4e de couverture
Ouvrages du même auteur
Titre
Citations
Introduction
CHAPITRE 1 – Les enjeux de la prière
- 1. La prière comme réponse à un appel
- 2. Le primat de Dieu dans notre vie
- 3. Aimer gratuitement
- 4. Anticiper le Royaume
- 5. Connaissance de Dieu et connaissance de soi
- 6. De la prière naît la compassion envers le prochain
- 7. L’oraison, chemin de liberté
- 8. La prière fait l’unité de notre vie

CHAPITRE 2 – Les conditions d’une prière qui porte du fruit
- 1. La prière comme lieu de pacification intérieure
- 2. Les dispositions qui rendent féconde la vie de prière
- 3. Une prière animée par la foi, l’espérance et l’amour
- 4. La porte de la foi
- 5. Quel est le rôle de la sensibilité dans la vie de prière ?
- 6. Rôle et limites de l’intelligence
- 7. Toucher Dieu
- 8. La foi qui ouvre toutes les portes
- 9. Prière et Espérance
- 10. La puissance de l’humilité
- 11. La descente en soi-même
- 12. La prière, acte d’amour

- 13. Conclusion sur les « vertus théologales » dans la prière

CHAPITRE 3 – La présence de Dieu

- 1. Présence de Dieu dans la nature
- 2. Dieu se donne dans l’humanité du Christ
- 3. Dieu présent dans notre cœur
- 4. Prier la Parole
- 5. Parole et discernement
- 6. La Parole, arme dans le combat

CHAPITRE 4 – Conseils pratiques pour la prière personnelle

- 1. En dehors du temps de prière
- 2. Prendre un rythme
- 3. Début et fin de l’oraison
- 4. Le temps proprement dit de l’oraison
- 5. Quand la question du « quoi faire ? » ne se pose pas
- 6. Quand il s’agit d’être actif dans la prière
- 7. La méditation de l’Écriture
- 8. Vers la prière continuelle
- 9. Les prières répétitives
- 10. La prière de Jésus
- 11. Le Rosaire

CHAPITRE 5 – La prière d’intercession

- 1. Dieu ne refuse rien à ceux qui ne lui refusent rien
- 2. L’intercession, lieu de combat et de croissance
- 3. Quand Dieu semble ne pas nous entendre

Table des matières

Ce livre vous a plu,
vous pouvez, sur notre site internet :
donner votre avis
vous inscrire pour recevoir
notre lettre mensuelle d'information
consulter notre catalogue complet,
la présentation des auteurs,
la revue de presse, le programme des conférences
et événements à venir ou encore feuilleter
des extraits de livres :
www.editions-beatitudes.fr

JACQUES PHILIPPE

Apprendre à PRIER pour apprendre à AIMER

EdB