



Prier avec le coeur

Hors série n°5

Vous m'invoquerez, vous approcherez, vous me prierez, et je vous écouterai. Vous me chercherez et vous me trouverez ; oui, recherchez-moi de tout votre coeur.

Prophète Jérémie 29, 12-13

La prière qui plaît à Dieu, et qui renouvelle en profondeur, porte avec elle lumières et consolation : c'est celle qui est faite avec le coeur. Alors plongeons dans le merveilleux secret de la prière qui change tout !

Trois types de prière

La prière liturgique de l'Eglise. C'est le culte public que l'Eglise, épouse du Christ, rend à son Chef et Seigneur. En véritable servante du Seigneur, elle l'honore, et elle s'offre à lui pour qu'il actualise en elle sa propre prière au Père. Cette forme de prière, qui est celle de l'assemblée chrétienne, s'inspire des formes du culte juif et s'est dotée dans le temps de rituels et de traditions qui permettent à toute l'Eglise d'exprimer unanimement son adoration. Elle est ritualisée. Pas toujours facile d'y entrer ! Mais elle est notre rendez-vous à tous.

La prière en groupe. C'est une forme plus libre de prière à haute voix, comme en famille ou dans un groupe de prière. Elle est souple, se prête à toutes les occasions, les repas, les fêtes familiales comme les fiançailles, les prières du deuil, les pèlerinages, ou les assemblées de prière autres que la liturgie. Elle est une école où l'on apprend à prier, qui allie spontanéité et traditions familiales ou locales.

La prière personnelle. C'est la prière faite dans la solitude d'une chambre, dans un oratoire ou une église, qui n'a ni heure ni lieu spécifique. Elle exprime l'amitié avec le Seigneur en répondant à l'appel intime à le connaître, à l'aimer et à rester en sa présence. Cette prière peut s'approfondir à l'infini en se simplifiant progressivement par la foi et la confiance.

Ces trois formes de prières réclament le coeur ! On parlera ici de la troisième.



Les Hors-séries de Saint-Bernard



Ça veut dire quoi, prier avec le coeur ?

Prier avec le coeur, c'est prier avec sincérité, et avec tout son être. L'âme a dépassé les simples conventions, le devoir, la politesse, le sentiment d'avoir des dettes ou de ne pas être légitime en comprenant que Dieu l'invitait à une relation de vérité.

Prier avec le coeur ne signifie pas ressentir des émotions, mais établir une relation avec Dieu depuis le centre le plus intime de l'être.

C'est prier "en esprit" : en connaissant Dieu, en pleine conscience de qui il est (le tout-autre !) et de ce que nous sommes. Intelligence et volonté sont unies dans un même élan.

Prier avec le coeur signifie enfin prier dans la vérité de l'Esprit de Jésus, qui nous inspire et donne de l'assurance.

L'expérience du prophète Elie

Elie, le grand prophète de l'Ancien Testament (9ème siècle avant JC) est le modèle de la prière du coeur. Il découvre la présence du Seigneur dans le silence. Dieu vient par des chemins sur lesquels on ne l'attend pas.

Le Seigneur dit : « Sors et tiens-toi sur la montagne devant le Seigneur, car il va passer. » À l'approche du Seigneur, il y eut un ouragan, si fort et si violent qu'il fendait les montagnes et brisait les rochers, mais le Seigneur n'était pas dans l'ouragan ; et après l'ouragan, il y eut un tremblement de terre, mais le Seigneur n'était pas dans le tremblement de terre ; et après ce tremblement de terre, un feu, mais le Seigneur n'était pas dans ce feu ; et après ce feu, le murmure d'une brise légère.

Aussitôt qu'il l'entendit, Elie se couvrit le visage avec son manteau, il sortit et se tint à l'entrée de la caverne. Alors il entendit une voix qui disait : « Que fais-tu là, Elie ? »

Premier livre des Rois 19, 11-13

Il n'y a plus en moi de feu pour aimer la matière, mais une eau vive qui murmure et dit en moi : "Viens vers le Père".

Saint Ignace d'Antioche,
martyr (+ 115)

La "prière de Jésus"

Le *Récit d'un pèlerin russe* est un livre très connu de l'orient chrétien. Ecrit au XIXème siècle par un auteur anonyme, il raconte les pérégrinations d'un homme qui cherche quelqu'un pour lui expliquer comment il est possible de mettre en pratique la demande de l'Apôtre Paul "priez sans cesse" (1Th 5,17). On lui enseigne à prier avec l'invocation "Jésus, fils du Dieu vivant, prends pitié de moi pécheur". Cette simple invocation, tirée de l'évangile, va changer sa vie. Rythmée par la marche, par la respiration, elle devient comme une seconde nature qui tourne son esprit vers le Seigneur. Petit à petit, le pèlerin expérimente la puissance de l'Esprit Saint qui le conduit à la prière continue, sans effort, seulement soutenue par l'amour.

Faut-il lire les maîtres de la prière ?

Beaucoup de saints ont enseigné sur la prière authentique, en particulier les moines d'Égypte (4^e-6^e siècle), ou les cisterciens. Les saints du Carmel nous ont laissé un trésor inestimable, parce qu'ils ont cherché à exprimer leur expérience, leurs tâtonnements, leurs impasses, mais aussi les grâces qu'ils ont expérimenté. On peut penser au *Chemin de la Perfection* de Ste Thérèse d'Avila (+1582) ou à la dijonnaise Ste Elisabeth de la Trinité (+1906) ! Leur témoignage nous montre l'importance de l'amour comme point de départ, comme moyen, et comme récompense. "Il ne s'agit pas de penser beaucoup mais de beaucoup aimer" (Thérèse d'Avila). Plus récemment, le bienheureux Père Marie-Eugène de l'Enfant-Jésus (+1967) a laissé de nombreuses conférences à ce sujet, comme *L'oraison des débutants* ou *Sous le souffle de l'Esprit*.

Il ne faut pas penser qu'il faut avoir tout lu pour se lancer ! Un bon livre peut être utile pour prendre confiance et commencer des rendez-vous avec Dieu. Mais le premier maître de la prière, c'est l'Esprit Saint lui-même. La confiance en lui n'est jamais déçue. Alors, on se lance ? Il vous appelle !

L'Esprit Saint vient au secours de notre faiblesse, car nous ne savons pas prier comme il faut.

Romains 8,26

Les bronzés

Dieu est vivant. Dieu est là. Dieu agit. Dieu veut te rencontrer. Dans la prière chrétienne, se laisser faire est capital : on s'expose à Dieu volontairement, simplement, comme on bronze à la plage. Le Père Henri Caffarel écrit : "il faut prier comme un drap étendu au soleil". Peut-être le plus dur est-il de rester dans la simplicité de la foi. Car Dieu sera au rendez-vous, c'est une certitude.

Qu'est-ce qui aide le plus pour commencer à prier avec le coeur ?

La foi ! Dieu n'est pas sensible, c'est ce qui nous déroute le plus. Pourtant il est là, il appelle. L'humilité et la charité, qui sont solidaires de la prière : attention aux blocages qui viennent des manques de charité !

Le silence extérieur - on coupe les réseaux, la radio, les appels de sa belle-soeur, pour rester simplement attentif à l'essentiel.

Le silence intérieur : émotions, commentaires, jugements, manques de confiance troublent l'âme. Il faut dire : "Parle, Seigneur, ton serviteur écoute" et non pas "écoute, Seigneur, ton serviteur parle !"

Ce qui remonte à notre mémoire à ce moment de la prière trahit l'impureté de notre âme : inquiétude, ressentiment, paresse... Autant de misères à présenter tranquillement au Seigneur, sans se décourager. Il nous en guérira. Avant de prendre son altitude de croisière, l'avion passe à travers quelques zones de turbulence ! Mais ensuite, c'est l'immensité du ciel !

Jésus l'a promis : "Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole ; mon Père l'aimera, nous viendrons vers lui et, chez lui, nous nous ferons une demeure"

Évangile selon St Jean 14,23

Comment pries-tu ?

Comme un esclave, dans la crainte ? Comme un mercenaire, en ne pensant qu'aux avantages à en retirer ? Comme un serviteur, loyal et persévérant ? Comme un enfant, gratuitement, confiant dans la tendresse paternelle et ses promesses ? Ton Père t'appelle à prier dans la simplicité du cœur et l'abandon.

Le Père, le Fils et le Saint Esprit

La prière est un contact réel, par la foi, avec Dieu le Créateur, source de notre être, sagesse et amour suprêmes. Invoquer Jésus le Seigneur ouvre le cœur à l'action de l'Esprit Saint et à la contemplation du Père. Le Saint Esprit agit généreusement par ses dons. On le constate souvent après : notre perception des choses est plus juste, on se sent plein de force, on est consolé, sa présence est claire.

L'imagination : amie ou ennemie ?

Des méthodes utilisent l'imagination pour entrer en prière, en particulier à partir d'un texte biblique. On se représente Jésus dans telle situation, et on entame une sorte de "conversation" ou on le contemple pour établir le contact. Si la Parole de Dieu est nécessaire, l'imagination pas toujours ! On peut "toucher" Dieu sans y avoir recours, par la foi. Et l'imagination nous dessert quand on imagine Dieu dans un lieu, ou avec une particularité matérielle, une lumière, etc... Dieu est esprit ! Il dépasse tout ce qu'on peut imaginer. Certains blocages viennent de ces voies imaginaires auxquelles on s'attache trop.

C'est la confiance et rien que la confiance qui doit nous conduire à l'Amour... Oui, je le sens, Jésus veut nous donner gratuitement son Ciel.

Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus

Ce ne sont ni les longues, ni les belles prières que le bon Dieu regarde, mais celles qui se font du fond du cœur, avec un grand respect et un véritable désir de plaire à Dieu.

Mes enfants, vous avez un petit cœur, mais la prière l'élargit et le rend capable d'aimer Dieu. La prière est un avant-goût du ciel.

Quand on va chez quelqu'un, on sait bien pourquoi on y va. Il y en a qui ont l'air de dire au bon Dieu « Je m'en vais Vous dire deux mots pour me débarrasser de Vous... » Je pense souvent que, lorsque nous venons adorer notre Seigneur, nous obtiendrions tout ce que nous voudrions, si nous le Lui demandions avec une foi bien vive et un cœur bien pur.

Saint Jean-Marie Vianney,
curé d'Ars

15 minutes de prière par jour peuvent changer votre vie.