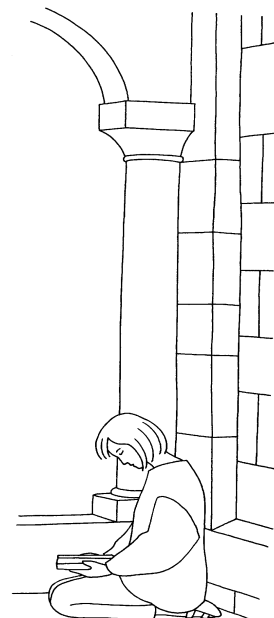


PRIER AU CŒUR DU MONDE



Pour celui qui a pris l'habitude de faire oraison, toute rencontre peut devenir occasion de rendre grâce au Seigneur ou de Le supplier. Puisqu'Il nous ordonne de prier sans cesse, cela doit être possible en toute circonstance, y compris lors de nos déplacements.

Je ne parlerai pas ici de la prière du pèlerin qui marche pendant des semaines vers Saint Jacques de Compostelle ou vers Jérusalem, heureux de marcher sur les traces d'innombrables aînés qui ont appris, avant lui, à se laisser rejoindre par le Christ sur la route. Je montrerai plutôt à l'aide de deux exemples comment nous pouvons profiter de tous les moments apparemment creux de nos journées pour reprendre contact avec Dieu. Je rappellerai ensuite les mille et une manières de prier au cœur de nos activités quotidiennes et les retombées bienfaites de ces plongées régulières en Dieu, lorsque nous en avons pris l'habitude.

I – PRIER EN TOUT LIEU

1 - AU VOLANT DE SA VOITURE



Je peux remercier Dieu pour ma *joie de conduire*, pour ce moment de détente au milieu de mes occupations. Je Le remercie pour mon corps en bonne santé, pour la digestion qui s'accomplit d'elle-même à l'intérieur de mon organisme : un ensemble de phénomènes plus merveilleux encore que la simple transformation du carburant en énergie motrice.

Je peux prier pour tous *les automobilistes que je croise*, que je dépasse ou qui me doublent, pour les chauffeurs de poids lourds qui transportent leur chargement à l'autre bout de l'Europe, pour les enfants des villages que je traverse, pour les accidentés ou les malades allongés dans l'ambulance qui fait retentir son avertisseur ou clignoter son gyrophare.

Je peux penser que *Jésus est tout près de moi*, comme Il était l'après-midi de Pâques avec les pèlerins d'Emmaüs. « Que je sois entre ses mains plus dociles que le volant que je tiens ! » Sa tendresse m'enveloppe de toutes parts, bien plus que ma ceinture de sécurité. Je peux Le prier en silence ou m'unir à la prière des moines en écoutant une cassette ou un CD de leur office, à moins que je ne partage les joies et les peines de l'autostoppeur que je viens d'inviter à monter.

Lorsque je sens monter en moi une certaine frénésie de vitesse, je peux demander au Seigneur de m'aider à la réfréner, tout en me rappelant la grave responsabilité que j'assume en conduisant. Le désir d'arriver le plus vite possible au terme de mon déplacement est l'une des formes que prend mon refus de ma condition de créature, une condition temporelle. « Toute hâte vient du diable », disait un vieux proverbe. Pour éviter cette hâte, je dois surtout prévoir les « imprévus » : les bouchons possibles sur la route ou la difficulté de trouver une place de stationnement. Heureux celui qui n'attend pas toujours la dernière minute pour se mettre en route !

Lorsque je commence à m'énerver devant la manœuvre intempestive d'un chauffard, Jésus ne demande qu'à guérir l'agressivité qui renaît alors dans mon cœur. Et si les feux rouges nous paraissent durer trop longtemps, pourquoi ne pas profiter de ces moments apparemment « perdus » pour redire au Seigneur qu'Il est notre Berger et que rien ne saurait manquer où Il nous conduit ?



2 - EN PLEINE NATURE

Je peux « écouter » le silence de la nature, ce silence dans lequel Dieu fait pousser les arbres, s'épanouir les fleurs et mûrir les fruits. Cette « extase » esthétique peut être un tremplin vers la rencontre de Dieu.

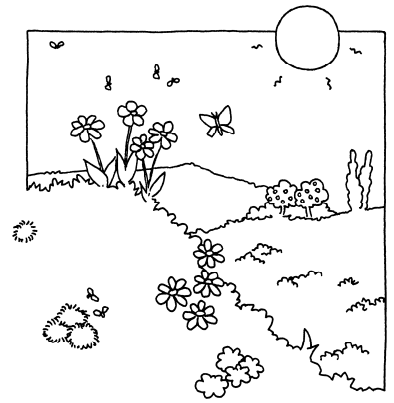
Je peux me mettre à louer Dieu dans un chant : « Mon Dieu, Tu es grand, Tu es beau ! »

Je peux laisser libre cours à mon imagination et faire parler la panoplie de symboles que m'offre la nature, les arbres, les fleurs, la pluie, le soleil, les cascades, les sommets enneigés, l'océan, les troupeaux de moutons, les oiseaux qui chantent, l'écureuil qui bondit...

La beauté du cosmos est aussi un reflet de la splendeur du Christ ressuscité. Elle annonce également la gloire que connaîtra le cosmos lorsque le Seigneur viendra le transfigurer à la fin des temps.

Mais je ne dois pas oublier de fermer de temps en temps les yeux devant la beauté de la création pour rejoindre au fond de mon cœur Celui qui est infiniment plus beau que tout ce que je peux admirer ici-bas !

Je ne dois pas oublier non plus que ce qu'il y a de plus « beau » dans le monde, c'est le cœur de l'homme, même si c'est celui d'un être trisomique ou défiguré par un accident.



3 - EN PLEIN MONDE

Mes rencontres quotidiennes avec autrui peuvent et doivent être l'occasion de lancer vers Dieu des cris d'action de grâce ou de supplication.

- Merci, Seigneur, pour le charme, la beauté, la générosité de cette personne que j'ai rencontrée
- Regarde, Seigneur, ma difficulté à aimer, à supporter cette autre personne avec laquelle je suis obligé de travailler. Apprends-moi les secrets de la patience évangélique.
- Prends pitié de ces personnes malades ou déprimées qui n'ont plus envie de vivre.
- Réconcilie les époux et les peuples qui se déchirent.
- Transforme le cœur de ces êtres qui ont laissé leur cœur s'endurcir dans l'orgueil ou la sensualité.
- Transforme aussi mon cœur de pierre « en un cœur de chair » capable d'aimer pour de bon.
- Aide-moi à ne pas oublier ta mystérieuse présence en ceux que je rencontre et notamment en tous ceux qui ont besoin de moi : « J'ai eu faim... et vous m'avez donné à manger » (Mt 25).
- Que ton règne s'établisse davantage en moi, pour que je puisse aimer les autres « avec ton propre cœur ». « Jésus doux et humble de cœur, rends mon cœur semblable au tien ».

II – LES MILLE ET UNE MANIÈRES DE PRIER

LE ROSAIRE

Une forme de prière utilisée depuis des siècles par des millions de chrétiens. Elle a fait ses preuves ! Tout en empêchant notre esprit de se laisser absorber par les soucis de l'existence, la reprise inlassable des Ave Maria nous permet de contempler amoureuxment les différents mystères de la vie du Christ. Dans ses apparitions la Vierge Marie la recommande d'ailleurs comme un moyen privilégié de s'unir à son Fils.

Selon une tradition chère à l'ordre de saint Dominique, nous sommes invités notamment dans notre récitation personnelle du chapelet, à faire suivre le nom de Jésus, au cœur de chaque Ave, de la mention du mystère contemplé.

Tu es bénie entre toutes les femmes
Et béni le fruit de tes entrailles, Jésus :
Que tu accueilles dans la foi
Qui suscite en toi le chant du Magnificat
Que tu déposes dans la crèche
Que Siméon proclame « lumière des nations »
Que tu retrouves dans le Temple de son Père [...]

LES ORAISONS JACULATOIRES

Ce sont des prières vocales très courtes qu'on lance vers Dieu comme des flèches (jacula) au beau milieu de ses activités : cris de détresse ou de joie, aveu de sa misère ou déclaration d'amour. Nombreux sont les versets de psaumes qu'on peut utiliser ainsi :

Seigneur, à mon secours !

Ô Seigneur, notre Dieu qu'il est grand ton Nom par tout l'univers !

Mon âme a soif du Dieu vivant !

Terre entière, chante ta joie au Seigneur !

LA PRIÈRE DE JÉSUS



Nos frères d'Orient appellent ainsi l'invocation qu'ils répètent inlassablement, parfois des centaines de fois par jour : « Seigneur Jésus-Christ, Fils de Dieu, aie pitié de moi, pécheur ! »

Les moines du mont Athos utilisent depuis fort longtemps cette façon de prier et beaucoup de laïcs d'Occident la découvrent aujourd'hui avec joie. Je pense à cette mère de famille, qui, ayant acheté les *Récits d'un pèlerin russe* et croyant que c'était un livre pour enfants, s'empressa d'adopter cette méthode de prière, après l'avoir lu avec enthousiasme.

Certains aiment la réciter sur le rythme de leur respiration, en utilisant le symbolisme de l'inspir et de l'expir. Dans la première inspiration, ils disent : « Seigneur Jésus-Christ ». L'arrivée d'oxygène dans leurs poumons est pour eux le symbole d'une nouvelle effusion de l'Esprit-Saint dans leur cœur, effusion que le Père réalise par son Fis. Jésus est tellement « Christ » [« Oint » de l'Esprit-Saint] qu'Il peut Le répandre abondamment en tous ceux qui s'ouvrent à son action.

Dans la première expiration, ils disent « Fils de Dieu ». Le souffle qu'ils expirent est pour eux le symbole du souffle de l'Esprit qui les entraîne vers le Père. Par le Christ et en Lui, ils peuvent dire : *Abba* !

En disant « aie pitié de moi » dans une seconde expiration, ils demandent à Jésus de purifier encore leur cœur par une nouvelle effusion de l'Esprit-Saint.

Quant au dernier mot de la prière : « pécheur », ils le prononcent en chassant de nouveau de leurs poumons du gaz carbonique : ils y voient le symbole de tout le mal dont ils désirent être progressivement libérés.

Il va sans dire que la plupart des chrétiens qui adoptent cette méthode ne se croient pas obligés de prononcer toujours les paroles de cette prière sur une double respiration. Car il ne s'agit pas de se tendre, mais au contraire de se détendre. Cette méthode présente en effet l'immense avantage d'apaiser notre vagabondage cérébral et d'orienter notre esprit - et surtout notre cœur - vers la personne de Jésus. N'est-elle pas infiniment plus importante que les problèmes grands ou petits qui préoccupent spontanément notre esprit, lorsque nous ne le contrôlons pas ?

LA PRIÈRE A BÂTONS ROMPUS

Au lieu de recourir à des prières toutes faites, on peut aussi causer avec le Seigneur à bâtons rompus : on Lui parle de ses joies, de ses projets, de ses difficultés. Le fiancé ne cherche pas dans un formulaire les mots d'amour qu'il adresse à sa bien-aimée : il laisse parler son cœur. Ainsi devons-nous faire avec Dieu. Il est heureux que nous ne fassions pas de manières avec Lui. N'est-Il pas notre Père ? Cette familiarité n'empêche évidemment pas le respect ni l'adoration que nous Lui devons.



LA RUMINATION D'UN VERSET BIBLIQUE

Pour que notre prière reste un dialogue, nous ne devons pas nous contenter d'exposer au Seigneur nos préoccupations. Il faut qu'Il puisse aussi nous répondre, nous redire ses messages d'amour. Il est donc très important que nous mémorisions des passages de la Bible afin qu'ils puissent revenir spontanément à notre esprit lorsque nous en avons besoin, notamment lorsque nous sommes tentés de ne plus vivre selon l'Évangile.

Comme le dit saint Paul (Ep 6, 17), c'est par le glaive de la Parole de Dieu que nous pouvons remporter la victoire sur Satan, lorsqu'il essaye de nous écarter de la voie royale de l'amour sur laquelle nous nous étions engagés ; Encore faut-il ouvrir régulièrement sa Bible ! Selon la remarque judicieuse d'un pasteur, « si elle se couvre de poussière, le diable n'en a plus peur ». Seuls en effet, des mots de l'Écriture sont capables de pulvériser sur-le-champ les slogans de l'adversaire.

- N'exagère pas dans tes pénitences : tu vas y laisser ta santé, nous suggère le diable !
- Viendront des jours où l'Époux leur sera enlevé ; alors ils jeûneront (Mt 9, 15), répond le Seigneur.
- Ne te perds pas en Dieu : c'est de l'évasion mystique !
- Votre vie est cachée avec le Christ en Dieu. (Col 3, 3).
- Ne sois pas trop bon : il ne faut pas être poire !
- Pardonne soixante-dix fois sept fois (Mt 18, 22).

Nous devons nous entraîner à ce combat spirituel comme nos enfants s'exercent, dans leurs jeux électroniques, à détruire par un missile les avions qui apparaissent sur l'écran.



LES « PLONGÉES SPIRITUELLES »

Nous sommes le temple du Dieu vivant : la Trinité sainte habite en nous, au cœur de notre être. Elle y est présente, vivante, agissante. Les Trois ne cessent de nous appeler à Les y rejoindre, pour que nous puissions nous livrer à leur action créatrice.

Retrouvons souvent au cours de nos journées l'Hôte divin de notre cœur. Un peu à la façon du commerçant qui se retire dès qu'il le peut dans l'arrière-boutique de son magasin pour prendre une tasse de café avec son épouse. Cette « pause-café », cette descente dans la cellule intérieure de notre cœur pour y rejoindre le Seigneur est l'un des grands moyens de progresser dans la vie d'union à Dieu.

C'était la méthode que préconisait le frère Laurent de la Résurrection, ce merveilleux carme cuisinier qui vivait à Paris, au XVII^e siècle (à l'emplacement du séminaire actuel des carmes, rue d'Assas). Comme il avait la réputation d'être un homme de Dieu, on venait de partout le consulter sur la façon de prier. Sous différentes formes, c'était toujours le même conseil qu'il donnait : Plongez au cœur de vous-même pour y retrouver Dieu. « Nous devons, disait-il, pendant notre travail et autres actions, même pendant nos lectures et écritures, quoique spirituelles, je dis plus : pendant nos dévotions extérieures et prières vocales, cesser quelque petit moment, le plus souvent même que nous pourrons, pour adorer Dieu au fond de notre cœur, le goûter quoiqu'en passant et comme à la dérobée [...]. Que peut-il y avoir de plus agréable à Dieu, que de quitter ainsi mille et mille fois le jour toutes les créatures pour se retirer et l'adorer en son intérieur. »

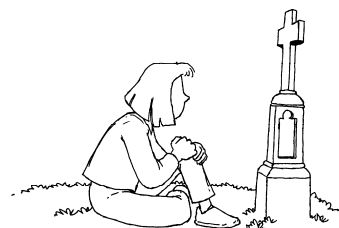
III – LES RETOMBÉES DE LA PRIÈRE FRÉQUENTE

On ne dira jamais assez que nous avons le droit de nous retirer souvent dans la cellule de notre cœur pour y entrer en dialogue avec le Seigneur. Ne soyons pas étonnés de n'être pas totalement comblés par nos rencontres humaines, fussent-elles les plus merveilleuses. Comme le disait, en 1974, le frère Roger de Taizé, « En tout homme se trouve une part de solitude qu'aucune intimité humaine ne peut combler, pas même l'amour le plus fort entre deux êtres. Qui ne consent pas à ce lieu de solitude connaît la révolte contre les hommes, contre Dieu Lui-même. Pourtant tu n'es jamais seul. Laisse-toi sonder jusqu'au cœur de toi-même, et tu verras que tout homme est créé pour être habité. Là, au creux de l'être, là où personne ne ressemble à personne, le Christ t'attend. Là se passe l'inattendu. »

Le mot de saint Augustin reste toujours valable : « Tu nous as faits pour Toi, Seigneur, et notre cœur est sans repos tant qu'il ne repose en Toi ! »

Nous avons donc le droit de nous retirer au centre de nous-mêmes, au milieu de nos activités et de nos dialogues humains, et d'y redire à l'Hôte de notre cœur : « Ô Toi qui es chez Toi tout au fond de mon cœur, fais-moi vivre avec Toi tout au fond de mon cœur

Mais Dieu récompense toujours ceux qui font effort pour Le trouver, la pratique de cette prière fréquente engendre déjà un certain nombre de fruits, notamment la conversion de notre regard sur notre passé et notre avenir.



LA PURIFICATION DE LA MÉMOIRE

Lorsque nous laissons vagabonder notre esprit - au volant de notre voiture par exemple - nous risquons de ressasser notre passé dans une série de sentiments qui n'ont rien de particulièrement évangélique :

- la vanité : nous revoyons avec une complaisance excessive les éloges que nous avons récoltés ;
- l'orgueil : nous nous glorifions intérieurement du courage avec lequel nous avons supporté certaines difficultés ;
- la tristesse : nous n'en finissons pas de revoir le scénario de nos derniers échecs ;
- la rancune : nous poursuivons de notre agressivité intérieure celui qui nous a joué un mauvais tour ;
- le remords : nous restons obsédés par nos fautes passées ; nous enrageons de ne pas avoir été à la hauteur des circonstances ;
- le regret : nous voudrions ne pas avoir vieilli.

C'est précisément la pratique de la prière fréquente qui va nous permettre d'évangéliser notre mémoire :

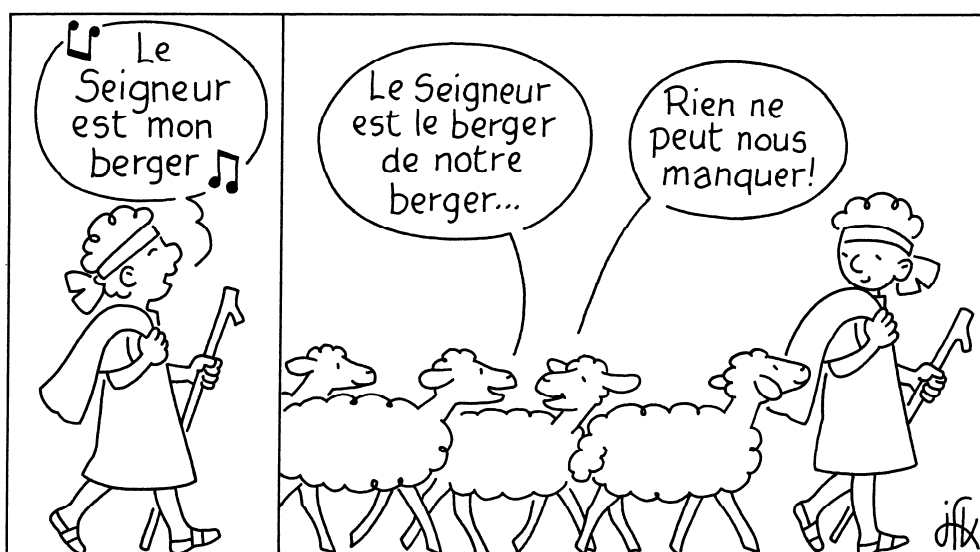
- la tentation de vanité est surmontée par une courte oraison jaculatoire : « Toi seul es Saint, Toi seul es Grand ! »
- La tentation d'orgueil peut être le tremplin d'une humble supplication : « Ô Jésus, doux et humble de cœur, prends pitié de moi, pécheur ! »
- Le souvenir d'un échec peut se transmuier en offrande d'un sacrifice sauveur ;
- La rancune et le remords peuvent se dissoudre dans un appel confiant à la miséricorde de Dieu ;
- Quand au regret, il peut être prétexte à redire au Seigneur que rien ne vaut son nouvel aujourd'hui : « Seigneur, Tu es là ! Alors, aujourd'hui, c'est déjà un coin de paradis ! »

L'APAISEMENT DE NOS INQUIÉTUDES

Autre danger, lorsque nous laissons vagabonder notre esprit : le retour en force de tous nos motifs d'inquiétude. Nous avons peur d'y rencontrer des difficultés auxquelles nous ne saurons pas faire face, de nouvelles souffrances, de nouveaux échecs. Nous avons peur de ne pas avoir le temps de terminer tout ce que nous avons entrepris. Et, de nouveau, c'est la frénésie de la vitesse qui nous reprend.

La parade contre cette tentation sans cesse renaissante ? Ruminer quelques-uns des innombrables messages dans lesquels le Seigneur ne cesse de nous redire : « N'aie pas peur ! » *N'entretenez aucun souci, mais en toute circonstance, par la prière et la supplication, une prière accompagnée d'action de grâce, faites connaître à Dieu vos demandes (Ph 4, 6). Tous vos soucis, déposez-les en Lui, car Il a soin de vous (1 P 5, 7).*

En réponse, nous pouvons redire inlassablement à notre Dieu : *Tu es mon berger, ô Seigneur, rien ne saurait manquer où Tu me conduis !*



C'est le comment qui compte

À regarder notre vie superficiellement, certains jours sont féconds, d'autres stériles. Mais l'expérience que nous faisons alors est consolante : que nos activités aillent bien ou mal n'est pas le plus important. Ce qui compte, c'est comment nous avons vécu notre journée. Dans ce comment réside l'amour qui seul a de la valeur et qui la communique à tout le reste.

Au long de notre journée nous devons penser que nous n'emporterons au ciel ni les joies ni les douleurs – sans l'amour, livrer son corps aux flammes c'est néant -, ni les œuvres d'apostolat – sans l'amour, parler les langues des anges c'est néant, ni les œuvres de miséricorde – sans l'amour, distribuer tous ses biens aux pauvres c'est néant - . Nous n'emporterons au ciel que le comment de tout cela.

Comment nous l'avons vécu. Si nous l'avons vécu en harmonie avec la parole de Dieu. Quand on aime Dieu, on garde sa parole.

Alors, chaque matin, levons-nous du bon pied, joyeux à la pensée que notre journée aura de la valeur pour autant que nous saurons nous nourrir de la parole de Dieu.

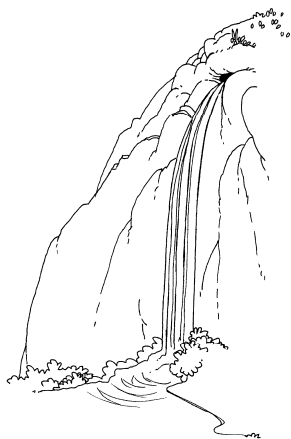
Ainsi Jésus lui-même vit notre journée et valorise ce que nous accomplissons par notre action, notre prière, notre souffrance.

La parole de Dieu, la vérité, nous rend libres, libres des circonstances, libres de notre corps voué à la mort, libres des épreuves spirituelles, libres du monde qui nous assiège et qui voudrait altérer la beauté et la plénitude du Royaume de Dieu en nous.

Chiara LUBICH, *Aimer parce que Dieu est Amour* (Éd. Nouvelle Cité, 1974, p. 107-108).

LE DON DE LA PRIÈRE CONTINUELLE

En nous entraînant à la prière fréquente, nous nous préparons à recevoir un jour le don - absolument gratuit - de la prière continue, de la « prière du cœur ». Un jour, nous nous apercevrons que notre cœur profond est toujours en train de tendre vers Dieu : nous le surprendrons en « flagrant délit de prière ». Comme Ignace d'Antioche, nous entendrons une eau vive murmurer au-dedans de nous :! « Viens vers le Père ! »



Le père A. Louf donne le témoignage d'un moine qui s'est servi d'une autre image pour dire la même chose. « C'est un homme très intérieur, que la prière a tout bonnement saisi et qui l'occupe continuellement. » On lui demandait comment il en était arrivé là. Il répondit qu'il pouvait difficilement l'expliquer. « Aujourd'hui, dit-il, j'ai l'impression que depuis des années je portais la prière dans mon cœur, mais je ne le savais pas. Elle était comme une source qu'une pierre recouvrait. À un moment donné, Jésus a ôté la pierre. Alors la source s'est mise à couler et, depuis, elle coule toujours. »

Les grands spirituels ont même expérimenté qu'il leur arrivait de prier encore pendant leur sommeil. Expérience que décrit ainsi le pèlerin russe : « Je m'habituai si bien à la prière du cœur que je la pratiquais sans cesse et, à la fin, je sentis qu'elle se faisait d'elle-même sans aucune activité de ma part : elle jaillissait dans mon esprit et dans mon cœur, non seulement en état de veille, mais même pendant le sommeil. » (Coll. Le livre de vie, Seuil, 1966, p. 70 - 71.)

Ainsi se réalise en vérité ce qu'exprime l'épouse du Cantique : *Je dors, mais mon cœur veille* (Ct 5, 2)
Mais il n'est pas question de dormir au volant de sa voiture !

