

# LA PRIERE DU COEUR

## 1° volet : Découverte d'une présence<sup>1</sup>

par Claude VILAIN<sup>2</sup>

**Il nous arrive de temps à autre, à travers une lecture ou un témoignage, d'être confronté à une vraie dimension de prière, de découvrir dans la vie d'un frère ou d'une soeur, une réalité de prière si profonde qu'elle a réellement renversé des montagnes.**

**Il nous arrive de soupirer dans l'espoir de connaître cette même puissance de la prière efficace et persévérante... et de retomber bien vite, malgré nos bonnes résolutions, dans la prière routinière qui ne semble pas dépasser le plafond de notre chambre ou le toit de notre église.**

**Faut-il être d'une autre nature pour que vie de prière rime avec exaucement ou délivrance ?**

L'apôtre Jacques nous rappelle qu'« Elie était un homme semblable à nous ; il pria avec ferveur pour qu'il ne plût pas et il ne plut pas sur la terre pendant trois ans et six mois ; puis il pria de nouveau, le ciel donna de la pluie, la terre produisit son fruit... » (Je 5.17-18).

Toute la différence entre notre prière, si peu opérante, et celle d'Elie, résiderait-elle dans ce petit mot « **ferveur** » ?

Force nous est de constater que la prière nous est devenue difficile en cette fin de siècle.

Peut-être était-ce plus facile hier, mais aujourd'hui, il est difficile de prier dans le bruit et les tensions d'une société qui tourne toujours plus vite. Tellement difficile que beaucoup ont cessé de prier.

On n'oserait pas faire une enquête pour connaître nos habitudes de prière. Même ceux qui sont engagés dans un ministère ont remplacé la prière par l'action, espérant faire de leurs actes pour Dieu et pour les autres une sorte de prière permanente.

Et si prier c'était d'abord **se mettre à l'écoute de Dieu**, lui parler, certes, mais surtout lui donner la possibilité de **se communiquer** ?

Permettre à son amour de se manifester et de nous envahir ?

Pour cela, il y a des verrous qui doivent sauter.

Prier, parce qu'**il faut prier**, est un devoir qui incite peu à la persévérance. Il est difficile de tenir nos engagements à prier si la prière n'est qu'une obligation.

Il nous faut **inverser** le mouvement : **il n'y a pas de vraie prière hors d'une communion vraie et intime avec Dieu. Si je recherche et vis dans Sa présence, la prière jaillira, deviendra un besoin, un privilège et non un devoir ennuyeux.**

Prier, ce n'est donc pas répondre à une série de « **je dois** », mais **rechercher une présence** !

Nos difficultés à parvenir à une vraie maturité spirituelle résident dans un manque de vie de prière. Nous prions mal, ou peut-être tout simplement pas du tout...

Prier, c'est découvrir que la démarche première de Dieu est de **se communiquer**. Et si nous acceptons d'inverser notre mouvement naturel, arrêter de parler, pour nous mettre enfin à son écoute.

---

<sup>1</sup> Cet article est le 1e volet de l'étude de Claude Vilain sur la prière. Il sera suivi de « Prier, entrer dans l'adoration ». (*Servir* n° 6/97) et « La prière, aspects pratiques » (*Servir* n°3/98).

<sup>2</sup> Claude Vilain est ancien de l'assemblée de Ransbèche (Belgique), diplômé de la faculté de Vaux-sur-Seine.

Une prière trop centrée sur nous-mêmes, nos besoins, nos questions, nos doutes... bloque cette « **communication-communion** » cf. Mt 6.5-8.

Il est étonnant de constater que la seule demande pratique des disciples à Jésus, concerne la prière. Cela nous rappelle que nous sommes en présence d'un chemin difficile et que nous avons besoin d'un guide pour progresser dans une vraie vie de prière.

## **Tant qu'il n'y aura pas de prière du cœur, il n'y aura pas de vraie prière !**

La prière du cœur est une prière qui prend en compte la réalité de Dieu, qui le reconnaît comme profondément aimant et désireux de nous voir heureux en Lui.

La demande par excellence, ce ne sont pas des biens, mais **l'Esprit** (Luc 11.13), l'effusion d'une présence qui nous mettra au diapason de sa volonté et nous rendra capable de prier selon cette volonté.

Cette demande de la présence de Dieu se trouve exprimée dans l'A.T., par notre notion de « *faim* » et de « *soif* » de Dieu. (Ps 63.2,6)

## **Le thème de la joie, au centre de l'Ecriture**

Toute l'Ecriture est traversée par un véritable appel à la joie de Dieu et en Dieu. Le Seigneur a un projet pour nos vies, **une vie de plénitude**.

S'adressant à la femme samaritaine, Jésus l'invite à découvrir ce qu'il est véritablement : « *Si tu connaissais le Don de Dieu et qui est celui qui te dit : "Donne-moi à boire", c'est toi qui aurais demandé et il t'aurait donné de l'eau vive.* » (Jn 4.10) Cette vie en abondance se retrouve dans l'offre faite à Jésus lors du dernier jour de la fête de *Sukkah* : « *Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi, et que boive celui qui croit en moi. Comme l'a dit l'Ecriture : "De son sein couleront des fleuves d'eau vive* ».

## **Les Psaumes sont traversés, avec une extraordinaire insistance, par ce thème de la joie :**

PS 4.8 *Tu mets dans mon cœur plus de joie que ces gens n'en trouvent à récolter tout leur blé et tout leur vin.*

PS 16.9 *J'ai le cœur plein de joie, j'ai l'âme en fête.*

PS 16.11 *On trouve une joie pleine en ta présence, un plaisir éternel près de toi.*

PS 27.4 *Je ne demande qu'une chose au Seigneur, mais je la désire vraiment : c'est de rester toute ma vie chez lui, pour jouir de son amitié.*

PS 30.12 *Tu as changé ma plainte en danse de joie, et tu m'as ôté mon vêtement de deuil, tu l'as remplacé par un habit de fête.*

PS 32.1 *Heureux celui que Dieu décharge de sa faute... Heureux l'homme que le Seigneur ne traite pas en coupable...*

PS 35.9 *Mais moi je serai plein de joie grâce au Seigneur, je pourrai me réjouir de son secours.*

PS 36.10 *C'est chez toi qu'est la source de la vie, c'est la lumière qui éclaire notre vie.*

PS 51.10 *Annonce-moi ton pardon il m'inondera de joie.*

PS 63.6 *Je serai comblé, comme rassasié des meilleurs morceaux. Je laisserai exploser ma joie, je te glorifierai.*

PS 63.8 *A l'abri de tes ailes je crie ma joie.*

PS 79.13 *Nous chanterons toujours tes louanges, de siècle en siècle nous célébrerons ta gloire.*

PS 84.3 *Tout mon être crie sa joie au Dieu vivant.*

Ps 90.14 *Dès le matin, comble-nous de ta bonté ; alors toute notre vie nous crierons notre joie.*

Ps 92.2-5 *Comme on fait bien de te louer Seigneur... Ce que tu as fait m'a rempli de joie...*

Ps 96.1 *Chantez en l'honneur du Seigneur un chant nouveau...*

Ps 100.4 *En entrant dans son temple acclamez-le ; dans la cour intérieure exprimez vos louanges.*

Ps 103.4-5 *Il me comble de tendresse et de bonté. Il remplit ma vie de bonheur.*

Ps 106.5 *Nous ressentirons le bonheur... nous participerons à la joie... nous partagerons la fierté de ceux qui t'appartiennent.*

Ps 108.2 *Je veux chanter et te célébrer de tout mon cœur.*

Ps 116.12 *Que puis-je rendre au Seigneur pour tout le bien qu'il m'a fait ? Je lèverai la coupe des délivrances, et je crierai le nom du Seigneur.*

La surabondance de ces textes ne peut pas nous laisser indifférents. Il y a un appel à entrer dans une vie de louange. C'est dans la prière et par la prière que s'exprime notre joie. Peut-on dire que l'absence de prière chez les chrétiens entraîne l'absence de joie ? « Jusqu'à présent vous n'avez rien demandé : Demandez et vous recevrez, **afin que votre joie soit complète** » (Jn 16,24).

## **Ce qu'est la prière chrétienne**

**a) Prière relationnelle :** Dieu est une personne qui désire entrer en relation avec nous, par sa Parole mais aussi surtout par la prière.

**b) Prière communication :** Dieu désire que la prière devienne un réel dialogue. Il faut donc nous mettre à son écoute.

**c) Prière de communion :** c'est probablement l'aspect le plus mal compris et le plus mal vécu de la prière chrétienne.

Nous devons permettre à sa présence qui est tout amour, de nous pénétrer, de nous envahir. Dieu désire vraiment « être connu » de nous. Pas seulement de manière intellectuelle ou théologique, mais il désire une connaissance du cœur (Ep 1.17).

Avons-nous déjà goûté à « *toute la plénitude de Dieu* » ? (Ep. 3.19)

La prière est ce lieu et ce temps où ce face à face devient possible. C'est à travers cette présence ineffable que Dieu travaille nos cœurs et nos vies.

Dieu nous parle en termes d'amour. Savons-nous ce que signifie « aimer et se savoir aimé de toute la profondeur de notre être » ?

**d) Une expérience qui engage :** la vraie rencontre avec Dieu ne peut me laisser stérile. On ne peut rencontrer Dieu et rester ce que l'on est !

Une vie de victoire et de sanctification trouve sa source et sa force dans une relation de profonde intimité avec Dieu (Ga 5.16 ; Ph 2.13).

Aimer Dieu de tout son cœur, son âme, sa force et sa pensée me conduit à m'ouvrir aux autres et à les aimer à mon tour de l'amour même de Dieu.

## **La « Lectio divina » ou « L'Ecole de la Parole », pour lire et prier la Bible :**

On peut se réjouir du regain d'intérêt pour de nouvelles formes de prières plus orientées vers la recherche d'une communion intime avec Dieu.

Dans cette recherche, la redécouverte de la « Lectio divina » mérite d'être mentionnée.

Cette forme de méditation priée de l'Écriture a nourri toute l'histoire d'Israël mais aussi la spiritualité de l'Église d'Occident jusqu'au XIII<sup>e</sup> siècle.

La « Lectio divina » s'articule autour de quatre temps : se **préparer - lire - méditer - contempler**. On ajoute parfois un cinquième temps, qui n'est qu'une conséquence logique de ce qui a été vécu dans l'intimité de la Parole : **l'action**. Ce qui est au centre de cette démarche d'étude et de méditation de l'Écriture, c'est la volonté de permettre à cette Parole de nous travailler, non pour acquérir des connaissances théologiques nouvelles, mais une connaissance du cœur.

#### **a) Se préparer : « Demander l'Esprit » :**

Avant d'ouvrir la Bible, il nous est demandé de nous placer dans une attitude d'ouverture et d'attente de l'Esprit, pour que Dieu vienne illuminer notre être afin que soit possible la rencontre avec le Seigneur. L'Esprit est créateur de la Parole, c'est encore l'Esprit qui ouvre notre intelligence pour recevoir et comprendre cette Parole. Cette action de l'Esprit rend notre âme docile, soumise, réceptive, perméable à ce que Dieu veut nous dire.

Il vient à nous comme une colombe qui se pose sur notre épaule, il faut l'accueillir dans le calme et le silence pour ne pas l'effrayer. L'Esprit est une présence discrète qui ne se rend sensible que si nous lui faisons place ouverte, disponible, accueillante. Pour cela il nous faut limiter l'impact des bruits extérieurs, les sources de distraction, les parasites que nous impose notre société de publicité et d'images qui sans cesse aiguissent nos désirs.

« Nous ne pouvons prêter attention à la Parole si nous ne faisons pas taire notre être profond »<sup>3</sup>.

#### **b) Lire la Parole :**

Une prière authentiquement chrétienne ne peut être nourrie que de l'Écriture. C'est d'abord à travers sa Parole que Dieu nous parle et se communique. Elle est le lieu par excellence où il nous est dit qui il est, qui nous sommes et à quoi il nous engage.

Ce temps peut être marqué par la conscience claire que Dieu nous parle, mais il peut aussi être un temps de sécheresse. Le texte ne nous dit rien. « *De tels silences sont souvent salutaires, même s'ils portent de l'aridité et de la sécheresse spirituelle, car il nous aident à fixer les regards sur Dieu seul, à l'attendre dans la lecture de la Parole et à le louer avec ce silence qui seul peut nous faire prendre conscience de notre incapacité à prier* »<sup>4</sup>. Mais il nous faut garder confiance : Dieu est présent au milieu de ce silence et de cette sécheresse apparente.

#### **c) Entrer en méditation :**

Pour que la Parole puisse faire son chemin jusqu'à notre cœur, il est nécessaire de faire silence, lui permettre de nous travailler en profondeur. On parlera de *rumination* de l'Écriture, à l'image de Marie qui « *retenait tous ces événements et les méditait dans son cœur* » (Luc 2.19). Cela souligne indirectement toute l'importance de la mémorisation de l'Écriture. La Parole n'est plus seulement présente devant nos yeux, elle vient faire sa demeure en nous pour se graver en nos cœurs.

#### **d) La prière du cœur :**

La prière peut nous conduire à une expérience profonde de Dieu.

Prier, c'est prendre conscience que nous sommes aimés de Dieu et qu'il nous invite à répondre à cet amour. C'est l'entendre nous dire, comme à Pierre, "M'aimes-tu ? (Jn 21.15). Si le Seigneur a posé cette question à Pierre, il nous la pose aussi. Sommes-nous prêts à l'entendre et à y répondre ?

C.V.

---

<sup>3</sup> Enzo BIANCHI, « *Prier la Parole* » Une introduction à la « *Lectio divina* » (Vie monastique n°15, Abbaye de Bellefontaine, 1983) p.44.

<sup>4</sup> Ibid., p.50.

## QUESTIONS POUR LA REFLEXION

- Quelle est la place de la prière dans votre vie ?
- Pouvez-vous déterminer avec précision le temps que vous y consacrez ?
- Y a-t-il des moments où prier est plus facile ? (lieu, circonstances, groupe/solitude...)
- Analysez vos difficultés à prier. Indiquez les obstacles majeurs que vous rencontrez. Qu'est-ce qui vous empêche de les surmonter ?
- La prière est-elle un moyen d'agir sur Dieu ou plutôt que Dieu utilise pour nous transformer ? En quoi nos prières peuvent-elles devenir « un acte magique » ?
- Qu'évoque pour vous le texte « priez sans cesse » ?
- Pourquoi est-ce si difficile de prier ainsi ?
- Qu'évoque pour vous la notion de « faim » et de « soif » de Dieu ?
- Comment l'exprimez-vous dans votre vie de prière ?
- Comment vous situez-vous face à la question posée par Jésus à Pierre : « M'aimes-tu ? » (Jn 21.15)

# PRIER

## 2° volet : Entrer dans une vraie démarche d'adoration<sup>5</sup>

par Claude VILAIN<sup>6</sup>

**Au centre de l'Écriture se trouvent des appels constants à une vie de louange et d'adoration. Nous touchons à un domaine difficile, marqué par de nombreuses ambiguïtés.**

### Que faut-il entendre par louange ?

Dieu nous réclamerait-il notre adoration comme une femme vaniteuse qui prend plaisir à recevoir les louanges de ses admirateurs ?

Lorsque nous pensons à l'éternité, nous avons de la peine à imaginer que toute celle-ci se passera à louer Dieu. Si c'est effectivement notre vocation éternelle, ne devrait-on pas s'y préparer (Ap 4.10-11) ?

La louange que nous sommes invités à rendre à Dieu nous semble très artificielle, probablement parce que notre connaissance de Dieu reste limitée et imparfaite.

Pourtant, la louange est au centre de nombreuses démarches humaines.

Tout bonheur déborde spontanément en louanges. On peut admirer profondément une autre personne (épouse, fiancée, ami intime ...), un objet (livre, oeuvre d'art, nouvelle voiture...), un aspect de la nature (ciel étoilé, paysage...).

Parmi les choses que l'on admire, il y a celles que l'on possède. Elles nous procurent un sentiment de fierté, elles font en quelque sorte partie de nous-mêmes. Et il y a les choses que nous ne possédons pas. Elles nous conduisent souvent, lorsque nous les admirons, à des sentiments d'envie, de jalousie, de convoitise.

Le Seigneur nous encourage à ce sentiment de fierté (Ps 106.4-5). Nous pouvons dire qu'il est « notre Dieu », au même titre que les choses qui nous sont chères et qui nous appartiennent. Ce possessif n'a rien de répréhensible. Il exprime, au contraire, l'extraordinaire communion que Dieu désire développer avec chacun de ses enfants.

### Que faut-il entendre par « honorer » ou « rendre un culte » ?

Il ne s'agit pas d'augmenter l'honneur de Dieu, ni de le rendre plus honorable. Le travail accompli par la louange n'agit pas sur Dieu, mais sur nous. Elle nous fait entrer dans une compréhension renouvelée de sa grandeur et nous appelle à y répondre par tous les moyens en notre pouvoir.

Il y a adoration lorsque le coeur se met à vibrer sous l'effet des sentiments, des émotions, des affections. « *Là où les sentiments pour Dieu sont éteints, l'adoration est morte*<sup>7</sup> »

Nous trouvons dans l'Écriture une bonne description de nos diverses réactions devant la grandeur de Dieu.

- Nous pouvons rester dans le silence, confondus, éblouis par tant de majesté.
- Nous pouvons être envahis par un sentiment de crainte respectueuse et d'émerveillement.

---

<sup>5</sup> Cet article est le 1<sup>er</sup> 2° volet de l'étude de Claude Vilain sur la prière. Il fait suite à « La prière d'une cœur, découverte d'une présence » Servir n°5/1997 et sera suivi « La prière, aspects pratiques » (Servir n°3/98).

<sup>6</sup> Claude Vilain est ancien de l'assemblée de Ransbèche (Belgique), diplômé de la faculté de Vaux-sur-Seine.

<sup>7</sup> John Piper, *Prendre plaisir en Dieu. Réflexions d'un hédoniste chrétien* (Québec : Coll. Sentier, Edit. La Clairière, 1995, p.60).

- Cette crainte peut comporter une prise de conscience de notre pauvreté, de notre médiocrité, de notre misère. On se reconnaît « pécheur » devant la sainteté éblouissante de Dieu (Es 6.5).
- Cette prise de conscience nous fait désirer une communion plus vive avec Dieu (Ps 42.23, 63.2).

Dieu n'est pas insensible aux soupirs de notre âme. Il s'approche de nous, pardonne nos péchés, enlève le poids de la culpabilité et remplit notre cœur de reconnaissance (PS 30.12-13).

Ces différentes étapes nous conduisent à prendre conscience que **notre seul bonheur est en Dieu lui-même**.

Cette expérience peut être très profonde. Notre cœur ne soupire plus qu'après Dieu lui-même : « *Le voir, le connaître et se trouver en sa présence, voilà qui constitue pour l'âme, le bouquet final de la fête. Il n'y a rien de plus que l'on puisse désirer. Les mots manquent pour décrire ce que l'on ressent. On parle de plaisir, de joie, de délices. Mais ces termes sont bien pâles pour décrire une expérience indicible*<sup>8</sup> »'

« *Dites, par exemple : "Merci, Seigneur. Je vous aime, moi aussi." A ce stade, la communication avec Dieu peut s'établir, dans une expérience personnelle et profonde de sa divine présence. Parfois, il fait de sa présence une sorte de réalité pour nous. Quand cela se produit, ne l'interrompez pas. Laissez cette réalité vous saisir et vous emporter à l'aventure, exactement comme l'eau entraîne un objet qui flotte. Restez là, dans ce mouvement, jusqu'à ce qu'il cesse. Ne vous avancez pas, ne bougez pas et ne modifiez pas trop vite vos sentiments. Ne répondez pas par un flot de paroles ou d'expressions inutiles. Nous avons tendance à encombrer notre prière avec trop de paroles. Sans doute suffit-il simplement de répéter : "Mon Seigneur et mon Dieu" ; "Abba, Père". Si cette expérience s'efface peu à peu, continuez à savourer ce qui vous rappelle sa divine présence*<sup>9</sup>. »

Il nous faut apprendre à être des mendiants de Dieu. Venir à Lui les mains vides pour recevoir de Lui tout ce qu'il veut nous donner. Lui seul peut satisfaire notre soif légitime de bonheur et de plénitude (Ep. 3.17-19).

### Les trois étapes de l'adoration

Entrer dans une authentique démarche d'adoration s'inscrit dans un mouvement concret de notre volonté. Le Seigneur se laisse trouver par ceux qui le cherchent sincèrement.

On peut reconnaître trois étapes qui nous font passer de la sécheresse de nos vies à une expérience bénie de la présence de Dieu. Comme le propose John Piper, nous les mentionnerons dans l'ordre inverse.

- **Etape finale** : « Nous expérimentons une joie pure devant les multiples perfections de Dieu : la joie de la reconnaissance, de l'étonnement, de l'espérance, de l'admiration. A ce niveau, nous nous sentons comblés par l'excellence de Dieu, et nous débordons de la joie de sa communion. »

- **Deuxième étape** : Nous n'éprouvons pas encore un sentiment de plénitude et d'abandon mais « seulement celui du désir et de l'aspiration ». Nous savons, peut-être pour l'avoir déjà expérimentée, combien la communion avec Dieu est une expérience riche et profonde. Nous nous encourageons à désirer sa présence, même si dans l'immédiat nous avons l'impression que notre cœur reste froid.

- **Première étape** : C'est le temps de la sécheresse. Nous avons de la peine à trouver quelque attrait dans la prière et la méditation de l'Écriture. Pourtant, même alors Dieu nous travaille. Il ouvre nos yeux sur la pauvreté de notre condition et de notre manque d'amour. Ne soyons pas indifférents à ces « soupirs » de notre âme. Ils sont l'oeuvre de l'Esprit qui voudrait nous faire entrer dans une communion renouvelée avec Dieu.

- Je voudrais prier !

<sup>8</sup> John Piper, *op.cit.*, p.62.

<sup>9</sup> Armand Nigro, S.J. in *Marcello de Canhalho Azevedo*, p.56. Voir PS 27.4 ; 16.11 ; 37.4.

- Réjouissez-vous, ce désir ne peut venir que de Dieu.

### **Nous manquons d'ambition**

Le grand problème de nos vies chrétiennes et de notre vie de prière en particulier, c'est que nous nous contentons d'une expérience superficielle et routinière de Dieu. Nous sommes devenus des fonctionnaires de la grâce. Nous savons beaucoup de choses sur Dieu mais nous connaissons peu de choses *de Dieu*. Nous avons développé un certain savoir *sur Dieu* et nous avons négligé la connaissance du cœur.

Que signifie pour nous cet ordre : « Fais de l'Eternel tes délices » ? ou dans la Bible en français courant : « *Trouve auprès du Seigneur ton plaisir le plus grand.* » (PS 37.4) ?

Le Seigneur voudrait nous faire accéder à une vie de plénitude, nous nous contentons d'une vie chrétienne médiocre, sans aucune véritable ambition.

*« L'ironie de la condition humaine réside dans le fait que Dieu nous place devant l'Himalaya de sa gloire en Jésus-Christ, mais que nous préférons nous enfermer dans notre chalet, tirer les rideaux et nous extasier devant les diapositives des Alpilles, et cela même à l'Eglise ! Nous nous contentons de faire des pâtés de boue dans notre ghetto, parce que nous ne comprenons pas ce que Dieu nous offre quand il nous propose des vacances au bord de la mer<sup>10</sup> »'*

### **Une prière qui nous engage**

Cène prière ne nous rend pas stériles. Elle nous ouvre aux autres, nous rend plus sensibles à leurs besoins, elle nous rend capables d'aimer véritablement. Si la qualité de notre adoration ne nous ouvre pas aux autres, mais nous donne un sentiment d'orgueil ou de supériorité, nous ne sommes pas en présence de l'oeuvre de l'Esprit mais d'une illusion psychologique (2 Co 12.1-9).

Ce face à face avec Dieu n'est pas une expérience qui me relaxe, me procure harmonie et équilibre intérieur et me laisse replié sur moi-même. C'est, au contraire, une prière qui m'engage et me jette, avec les forces de Dieu, dans le combat de la vie et du témoignage. Tous les grands hommes de foi ont trouvé dans la qualité de leur communion avec Dieu les forces et l'amour nécessaires pour répondre à l'appel qu'ils avaient reçu.

### **Elle nous donne la capacité d'affronter les difficultés de la vie**

Une authentique vie d'adoration change le regard que nous portons sur le monde extérieur. Elle relativise nos ambitions. Elle nous aide à prendre conscience qu'il y a d'autres valeurs en nous faisant entrer dans l'invisible. « *Notre objectif n'est pas ce qui se voit, mais ce qui ne se voit pas ; ce qui se voit est provisoire, mais ce qui ne se voit pas est éternel* » (2 Co 4.18).

- « *Vers Jésus lève les yeux, contemple son visage merveilleux, et les choses de la terre pâliront peu à peu...<sup>11</sup>* »

Mais elle nous rend aussi capables de vivre des situations difficiles avec la réalité de la présence de Dieu en nous et à nos côtés. Les témoignages abondent de croyants qui ont trouvé dans leur communion avec Dieu la force d'affronter les situations les plus extrêmes (Voir Ac 16.25).

C.V.

---

<sup>10</sup> John Piper, *op.cit.*, p.77.

<sup>11</sup> 6 *J'aime l'Eternel* n°159. Voir aussi Mt 6.33.

# LES BASES D'UNE PRIERE AUTHENTIQUE

## 3° volet : Aspects pratiques<sup>12</sup>

par Claude VILAIN<sup>13</sup>

**La prière a pour objet un Dieu personnel et nous engage dans une relation intime avec la personne de Jésus-Christ.**

### Les limites de la « technique »

Si nous sommes invités à définir une technique de méditation et de prière, il nous faut en fixer les limites.

Ce ne sera jamais notre technique qui produira la qualité de la prière. Elle sera et restera **toujours un don libre et gratuit** de Dieu. L'oublier réduit la prière à un moyen d'agir sur Dieu, une atteinte à sa souveraineté (Dt 20.7).

Il est possible de vivre une expérience religieuse intense sans aucune référence au Dieu de Jésus-Christ. Timothy Leary, dans *La politique de l'extase*, parle du LSD comme faisant partie des « substances biochimiques sacramentelles » et destiné à être utilisé comme l'orgue ou l'encens, pour déclencher et guider une expérience religieuse profonde.

Il nous faut établir une différence très nette entre la méditation chrétienne et les méditations orientales.

Ces dernières cherchent à produire un état de relaxation et de tranquillité en faisant le vide en nous-mêmes. Il n'y a aucune rencontre avec un Dieu personnel, mais une sorte de dissolution dans la « conscience universelle ».

La prière chrétienne a pour objet un Dieu personnel et nous engage à une relation intime avec la personne de Jésus-Christ<sup>14</sup>.

Il nous faut aussi souligner les dangers d'une recherche « sentimentale » de Dieu. Sa présence peut certes se manifester dans une expérience spirituelle profonde, mais elle est d'abord une réalité de foi. Dieu est présent à nos cœurs, que nous le « sentions » ou non. La foi consiste à croire qu'il est là, présent dans ce temps de silence et qu'il garde la liberté de se manifester comme il veut.

On peut parler à Dieu, ou bien demeurer silencieusement en sa présence, sans rien dire, mais conscients de ce qu'il est près de nous, *plus proche de nous que notre âme même*<sup>15</sup>.

*Si nous ne sentons pas que Dieu nous aime,  
l'essentiel est de le savoir.*

*Si nous ne sentons pas que nous aimons Dieu,  
l'essentiel est de le vouloir.*

Apprendre à prier, ce n'est donc pas découvrir une méthode ou une technique de méditation, mais organiser un espace **où Dieu puisse se faire don**.

---

<sup>12</sup> Cet article est le 3e volet de l'étude de Claude Vilain sur la prière. Il fait suite à « La prière du coeur, découverte d'une présence » (*Servir* n° 5/97), et à « Prier, entrer dans l'adoration ». (*Servir* n° 6/97).

<sup>13</sup> Claude Vilain est ancien de l'assemblée de Ransbèche (Belgique), diplômé de la faculté de Vaux-sur-Seine.

<sup>14</sup> Voir *Le temps pour vivre. Du temps éclaté au temps retrouvé* (collectif, Presses Bibliques Universitaires, Collection Espace, 1991), p.24-25. Et Pablo Martinez, *Psychologie de la prière* (Ed. Ligue pour la Lecture de la Bible, 1994), p.111ss.

<sup>15</sup> Higoumène Chariton de Valamo : *L'art de la prière* (Abbaye de Bellefontaine, Spiritualité Orientale n°18, 1976), p.14.

## Face à nos difficultés à prier

La prière est et reste un combat. Nous avons parfois le sentiment qu'il faut prendre de force la bénédiction que Dieu veut pourtant nous donner, à l'image de Jacob lorsqu'il franchit le Yabboq (Gn 32). L'Écriture nous appelle à *persévérer dans la prière*, rappel que nous ne sommes pas devant une démarche qui nous est naturelle.

Il y a un combat *avant* de prier : « Pourquoi prier ? D'ailleurs tu ne sais pas prier, fais autre chose. Et puis, est-ce que Dieu fait attention à toi ? » Nous rencontrons à l'intérieur de nous-mêmes une infinité de bonnes raisons pour ne pas nous mettre à prier.

Il y a aussi un combat *après* que nous ayons prié : il y a l'orgueil du priant, « moi, je prie ! », le doute qui nous traverse, la perte de confiance en Dieu si la réponse tarde. Jacob sort de sa lutte avec Dieu blessé et sans avoir reçu de réponse à l'une de ses questions : *Dis-moi quel est ton nom ?* (Gn 32.30).

Il y a enfin le combat *pendant* que nous prions, combat contre la distraction, la superficialité : « Si Dieu est présent, moi je suis absent ! »

## Comment réagir ? Qu'est-ce qui peut nous aider ?

- Eviter les trop longues prières.
- Alternier prière et lecture de la Bible. La prière nourrie par la Parole se trouve portée et stimulée. On trouve dans l'expérience des autres un soutien à sa propre recherche de Dieu.
- Le regard a lui aussi son importance. On peut avoir un objet de référence qui rappelle que l'on prie, une croix, une Bible ouverte qui rappelle que l'on s'est engagé volontairement dans une démarche de prière.
- Il faut déterminer le moment qui semble le plus favorable à la prière et vouloir s'y fixer. Prier après un repas trop copieux nous entraînera dans une douce somnolence...
- Choisir un lieu tranquille, loin des dérangements, des bruits, du téléphone, un lieu propice au silence (Mt 6.6).
- Rechercher la position du corps qui semble la plus favorable ; cette position peut d'ailleurs varier selon les circonstances de prière. Il faut mettre son corps en harmonie avec sa démarche de prière.
- Et par dessus tout s'armer de patience, d'humilité et d'espérance dans la confiance et dans la certitude d'un Dieu qui aime et prend plaisir à nos prières.

## Quelques pistes

### UNE DEMARCHE CONCRETE D'ENTREE EN MEDITATION

Une démarche en trois temps.

#### 1<sup>er</sup> temps : Faire silence

Il faut apprendre à s'arrêter et à faire silence. Se rendre présents et disponibles, attentifs et à l'écoute. Pour cela, il faut créer un espace vide pour Dieu et désirer que l'Esprit nous ouvre à sa présence.

#### 2<sup>ème</sup> temps : Le laisser parler à travers l'Écriture

Notre méditation doit se laisser nourrir et imprégner par un texte de l'Écriture. Non pour l'étudier, mais pour le laisser parler, nous nourrir "de l'intérieur", le *repasser en son coeur* à l'exemple de Marie.

#### 3<sup>ème</sup> temps : Exprimer ses découvertes

Exprimer librement ce que le texte a produit en nous, comment il est entré en résonance avec nos soucis, nos tracas, nos attentes.

## **UNE DEMARCHE CONCRETE D'ENTREE EN PRIERE**

Ici aussi nous retrouverons une démarche en trois temps.

### **1<sup>er</sup> temps : Faire silence**

Si Dieu est amour et désire nous communiquer son amour, il faut nous laisser imprégner de cette vérité : « Seigneur, tu m'aimes ! »

### **2<sup>ème</sup> temps : La reconnaissance**

Entrer dans une attitude de reconnaissance, celle de nous savoir aimés de Lui.

### **3<sup>ème</sup> temps : La réponse**

Répondre à son amour : « Je t'aime, moi aussi ! » Il ne faut pas avoir peur de ce dialogue (Jn 21.15). Si le Seigneur pose cette question à Pierre, il nous la pose aussi.

Découvrir le vrai mouvement de Dieu dans la prière, c'est la remettre au centre de nos vies. C'est faire de la prière **un temps de joie**, parce que de vraie rencontre.

Cela veut-il dire que prier soit devenu facile ? NON, parce que tout en nous nous pousse à ne pas prier. La prière est le lieu où s'exprime le plus l'opposition entre la chair et l'esprit. Si prier, signifie se mettre au diapason de Dieu, alors toute notre vieille nature le refuse. La prière demeure un combat, mais si elle nous permet d'entrer dans «sa présence», elle est digne de tous nos efforts.

C.V.