

# QU'EST-CE QUE L'ORAISON ?

## INTRODUCTION

### 1. Nos objectifs:

- Comment prier seul ?
- Comment prier régulièrement ?
- Apprendre à faire oraison !

En effet nous avons le désir de prier. Il existe un grand nombre de groupes de prières très divers. Nous ressentons un besoin de formation à la prière personnelle. Jean Paul II nous approuve :

Comme l'amour, il n'y a rien qui ne soit aussi naturel et qu'on n'ait autant à apprendre (...). Il y a beaucoup plus de gens qu'on ne le pense qui pourraient 'faire oraison' simplement ils manquent de Maîtres pour les y introduire.

C'est pourquoi nous nous mettons à l'école de maîtres reconnus par l'Eglise : les maîtres du Carmel. En particulier Thérèse d'Avila, déclarée docteur de l'Eglise et « mère des spirituels ».



### 2. Témoignages :

Nous voulons témoigner personnellement de la joie qu'il y a à « faire oraison », de l'aide que cela apporte pour notre vie quotidienne. Nous avons le désir de partager ce bonheur !

### 3. Appel du Christ

C'est lui qui nous appelle et nous apprend à prier et il nous donne des conseils (cf. Mt 6, 6). Apprendre à prier, c'est se mettre à son école.

## ENSEIGNEMENT

Voici une introduction générale sur ce qu'est l'oraison, mot dont le contenu a été forgé par Thérèse d'Avila, et que l'Eglise a repris à son compte pour désigner la prière silencieuse dans le Catéchisme de l'Eglise Catholique :

Elle est l'expression la plus simple du mystère de la prière (...) L'oraison est aussi le temps fort par excellence de la prière<sup>1</sup>

Prenons Thérèse de l'Enfant-Jésus comme un modèle : l'oraison, c'est l'essentiel dans sa vie. Thérèse enfant, derrière son lit, ou en vacances à Trouville, fait « oraison ». Thérèse prie au Carmel. Elle dit ne pas avoir passé 3 minutes sans « penser »

au Bon Dieu. Elle approfondit cette découverte grâce à la spiritualité du Carmel : Thérèse d'Avila et Jean de la Croix. Une spiritualité qui a marqué toute l'Eglise. La définition de l'oraison donnée par Thérèse d'Avila est reprise dans le Catéchisme pour définir l'oraison :

**« L'oraison mentale n'est à mon avis qu'un échange intime d'amitié ou l'on s'entretient souvent seul à seul avec Dieu dont on se sait aimé. »**



Pour bien comprendre nous allons analyser les termes de la définition.

**« Un échange intime d'Amitié »**

L'amitié suppose une mise en commun, une mise à égalité. Cela est stupéfiant mais réelle. Il y a une mise à égal avec Dieu. Surprenant pour des créatures. Mais c'est le Mystère des mystères : dans l'oraison, Dieu se comporte avec nous comme avec un ami. Il nous a donné son amour. Il nous élève.

Le mystère de l'oraison consiste à cette élévation de l'être humain, à le rétablir dans cette égalité qui permet à deux amis de converser, d'échanger, de partager leur amour.

Dieu veut nous aimer, nous élever. Notre vie spirituelle est basée sur cet acte de foi.

De plus il y a réciprocité dans l'amour : Dieu ne fait pas que nous aimer, mais nous aussi nous l'aimons. C'est ce que Thérèse de l'Enfant-Jésus exprimait en disant :

Je désire vous aimer et vous faire aimer<sup>2</sup>.

### « Seul à seul »

L'oraison, la prière silencieuse, est une expérience d'intimité avec le Seigneur, qui va nous attirer dans la solitude.

C'est le conseil de Jésus lui-même. C'est tout simplement le réflexe de l'amour qui a besoin d'intimité. Cette relation intime d'amitié est appelée parfois un « cœur à cœur » avec Dieu.

Il s'agit surtout d'une relation personnelle à Dieu.

<sup>1</sup> CEC 2713

<sup>2</sup> Acte d'Offrande

## « Souvent »

Cette relation d'amour suppose des échanges réguliers, comme toute amitié.

C'est chaque jour que le Seigneur nous attend dans l'oraison. Nous trouvons cette affirmation dans nombreux passages du Nouveau Testament :

Priez sans cesse... (1 Th 5, 17)

## « Avec Dieu dont on se sait aimé »

C'est grâce aux certitudes de la foi que se fera cette relation d'amitié.

1. Nous savons que Dieu nous aime :  
Dieu est amour. (Jn 4,8)
2. Nous savons que Dieu est présent en nous. Il s'agit de fonder notre prière sur les paroles du Christ qui affirme la présence de Dieu en nous :  
Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint Esprit ? (1Co 6,19)
3. Jésus affirme souvent son souhait de venir demeurer « chez nous ». Il nous attend dans l'oraison :  
Voici, je me tiens à la porte et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui pour souper, moi près de lui et lui près de moi. (Ap 3,20)
4. Nous savons encore par la Bible que ce contact avec Dieu enrichit (cf. Mc 5, 25-34).
5. Par contre, cette relation ne se base pas sur la sensibilité : « dont on se sait aimé » et non pas « dont on se sent aimé »

Ainsi, il est important de découvrir la dimension objectif puis subjective de l'oraison : il faut comprendre la prière d'abord comme une réalité objective pour ne pas s'arrêter dès qu'on ne sent plus rien... Prenons l'exemple de Thérèse de l'Enfant-Jésus et de Mère Theresa qui vivent l'épreuve de la nuit de la foi et persévèrent cependant dans la prière. C'est indispensable pour rester fidèle.



Ensuite, cependant, il faut savoir que la prière en ses formes « extérieures » sera très dépendante de ce que nous sommes. Mais le Père Marie Eugène affirme :

Sous ces formes diverses et à travers toutes ces vicissitudes, l'oraison restera essentiellement la même.<sup>3</sup>



La meilleure oraison est celle qui nous unit le mieux à Dieu et nous conduit à faire sa volonté.

## Pourquoi faire oraison?

### Pour le plaisir de Dieu

Dieu a de la joie à être avec nous. Il attend que nous l'aimions pour venir faire se demeure en nous.

### Pour nous nourrir et nous épanouir

Nous sommes faits pour Dieu. L'amour et la vérité sont ce que désire tout homme. Seul Dieu, Amour et Vérité, peut donc nous rassasier. S'unir à Dieu n'est pas un rêve : cela se réalise vraiment, et a vraiment des effets en nous. De plus, nous nous nourrissons de la présence de Dieu lui même, plus que des consolations qu'il peut apporter.

### Pour nous transformer

L'oraison nous fait devenir de plus en plus enfant de Dieu, à se ressemblance. Elle n'empêche pas la souffrance, mais elle transforme notre manière de la vivre. En nous mettant sous la lumière de Dieu, l'oraison nous met dans la véritable humilité qui est la porte du cœur. L'humilité, c'est la vérité. L'oraison vient nous purifier pour nous transformer jusqu'à unir tout notre être, corps et esprit, à Dieu.

### Pour nous faire agir

L'oraison nous rend souple sous l'action de l'Esprit Saint. Elle nous permet de devenir des instruments vivants de l'action de Dieu dans le monde. Les autres sont les premiers bénéficiaires de notre oraison : on ne fait donc pas seulement oraison pour soit mais aussi pour les autres.

## L'oraison et les autres formes de prière :

L'oraison, en raison de la définition très large qu'en donne Thérèse d'Avila, n'entre pas en concurrence avec les autres formes de prière :

- La prière vocale
- La prière liturgique
- La lecture méditée
- La méditation
- L'adoration
- La louange

C'est autre chose... ou plus exactement elle peut être présente sous toutes ces formes. Car c'est le contact lui-même, c'est l'échange d'amitié avec Dieu qui constitue l'oraison. Plus encore, l'oraison va nous aider à vivre toutes les autres formes de prière avec intériorité. La réciproque est aussi vraie : toutes les formes de prières peuvent nous aider à entrer dans l'oraison.

<sup>3</sup> « Je voir Dieu », p. 59