

« PREMIERS REPÈRES POUR L'ORAISON »

➔ OÙ REJOINDRE DIEU ? LE CŒUR PROFOND.

Beaucoup de gens prient à travers les âges, les civilisations, et il semble bien qu'il y a dans l'homme un organe qui est le lieu de la prière.

On dit facilement : « prie de tout ton cœur ».

Mais qu'est-ce que cela signifie ?

Dans la Bible, l'Ancien Testament et tout spécialement les psaumes parlent beaucoup du cœur. Il ne s'agit pas, bien sûr, de l'organe, mais de l'intérieur de l'homme ... ce qui lui est intime et qui rentre en relation avec Dieu.

Il ne faut pas confondre le cœur, lieu de prière, avec

- ❖ l'intelligence discursive, avec laquelle nous raisonnons, nous parlons éventuellement à Dieu.
- ❖ la sensibilité avec laquelle nous nous tournons vers les autres, et qui nous fait éprouver des sentiments.

Le cœur se situe bien plus profondément en nous. Il est au-delà de la zone de l'intellect, au-delà de la zone de la sensibilité. C'est le noyau le plus secret de notre être. C'est le terrain dans lequel s'enracine notre existence...

Si nous vivons très en surface, ou si nous sommes très stressés, très occupés, nous n'en avons même pas conscience. Beaucoup de gens ignorent leur cœur profond. Il est lié, enfoui, atrophié. Mais il se réveille lorsque nous prenons du temps, dans le calme, avec Dieu.

Les mystiques français l'appellent « la fine pointe de l'âme ».

En effet, nous vivons immergés dans nos sens extérieurs, nous nous perdons dans nos impressions, nos sentiments, nos raisonnements. Il va donc falloir retrouver le chemin de notre cœur. C'est la tâche la plus importante pour l'homme. Nous ne sommes jamais autant homme, autant proche de Dieu et de sa volonté, que lorsque nous vivons au niveau de notre cœur profond, lorsque nous prions de la prière d'oraison.

Creusons un peu le sens de ce cœur :

Dans la langue française, le cœur est le siège de l'affectivité, des sentiments, alors que dans la langue hébraïque, il est la faculté spirituelle par laquelle les hommes entrent en contact avec Dieu.

On peut se demander alors : si l'homme a une faculté spirituelle pour rencontrer Dieu, comment tant d'humains ignorent Dieu... ? On a la réponse dans la Bible.

À la suite du péché originel, l'homme ne peut plus entrer en relation avec Dieu de la même façon qu'aux origines. Comme le dit Jérémie : « Son cœur est dévoyé et rebelle ». Ou Isaïe : « ce peuple m'honore des lèvres, mais son cœur est loin de moi ».

Saint Paul parle d'un cœur « inintelligent et enténébré » !

Mais avec la venue de Jésus, avec la rédemption, notre cœur profond est renouvelé, il est capable de Dieu. Au Baptême, il y a la grâce divine qui se joint à ma bonne volonté, à ma disponibilité, pour que mon cœur devienne ou redevienne le lieu de la rencontre avec Dieu. Je reçois en moi la Foi, l'Espérance et la Charité, les trois vertus théologiques, dynamismes du cœur nouveau par lesquels je peux entrer en contact avec Dieu.

Ézéchiël dit : « Je vous donnerai un cœur nouveau... j'arracherai de votre poitrine votre cœur de pierre et je vous donnerai un cœur de chair ». (36/26)

Retrouver le chemin de notre cœur va donc être notre tâche la plus importante. En quête d'un espace intérieur et encore mal connu, nous allons chercher à dépasser

- ❖ nos sens corporels qui nous relient avec le monde sensible
- ❖ nos facultés intellectuelles qui nous font vivre dans le monde des idées,

pour ouvrir notre cœur où nous allons rencontrer Dieu vivant, caché, silencieux, mais qui n'attend que notre bonne volonté, notre attention, pour se révéler.

« Fais-toi capacité et je me ferai torrent » dit Jésus à S^{te} Catherine de Sienne.

Cette prise de conscience de mon cœur profond me montre que, la plupart du temps, je cherche Dieu à l'extérieur de moi-même alors qu'il est là, présent, vivant, aimant, actif au-dedans de moi.

Il m'attend et il m'appelle.

Généralement, je vis en périphérie de mon être, dans les zones affectives ou discursives où il y a beaucoup de bruit et d'agitation. Parfois, je cherche Dieu dans un livre, une messe, un groupe de prières mais tout cela est au dehors de moi. J'oublie qu'il y a en moi une crypte souterraine et lumineuse.

- ❖ Une crypte **souterraine** : il me faut m'enfoncer dans le silence, la solitude de l'oraison, la foi nue.
- ❖ Mais aussi **lumineuse** : Je sais dans la Foi qu'Il est là. Je peux adorer au plus profond de mon cœur sa présence, la Trinité vivante... Je peux m'offrir à lui et m'ouvrir à sa vie jaillissante.

Au début, cette attention, cette présence à mon cœur profond où réside Dieu se fait dans la Foi rude mais peu à peu, d'années en années, la pointe de mon être spirituel, affiné par la grâce, deviendra plus sensible à la présence de Dieu, à sa respiration dans mon cœur. Je serai ainsi divinisé de l'intérieur... et ma vie extérieure sera la manifestation de ma vie intérieure. Je me sanctifierai !

Pourquoi ? Parce que je serai uni de l'intérieur au Dieu Saint. Des « fleuves d'eau vive jailliront de son sein » dit Saint Jean, car nous serons branchés sur la source de la Vie.

➔ **COMMENT REJOINDRE DIEU ? LA RELATION « JE-TU »**

Dans mon cœur profond, durant mon oraison, que vais-je faire avec Dieu ?

D'abord, il faut bien cibler qui est mon interlocuteur, à qui je m'adresse. Des 3 personnes de la Trinité, **Jésus** :

- ❖ est celle que je peux le plus facilement imaginer : la lecture de l'Évangile me l'a fait connaître concrètement.
- ❖ C'est celui des trois personnes qui s'est incarné et est venu chez nous pour nous envoyer l'Esprit de Pentecôte et nous révéler le Père. Il est donc à la jonction de la connaissance des 3 personnes de la Trinité.
- ❖ C'est enfin lui que je reçois dans l'Eucharistie à chaque communion où il vient réellement vivre en moi.

Je vais donc, en début d'oraison, **entrer en relation personnelle avec Jésus-Christ.**

Il vous est sûrement arrivé au cours d'une rencontre avec une connaissance de constater que ni lui, ni vous, n'aviez été attentifs l'un à l'autre, au moi profond, au cœur profond de l'autre. Votre relation avait été superficielle. À l'inverse, en d'autres circonstances, vous avez fait l'expérience d'une relation en profondeur : une communication vraie entre votre moi profond et celui de l'autre.

C'est ce que le Père Caffarel appelle la relation « Je-Tu ». C'est le centre, l'essence de l'oraison. Elle est présence à Jésus présent en moi.

C'est tout autre chose que de penser simplement au Christ (« il » a fait cela, « Il » est bon... « Il » est tout-puissant). Penser au Christ est l'attitude d'un homme qui étudie, non pas de l'homme qui prie.

Souvent, il nous faut peiner pour actualiser, vivre cette relation je-tu avec Jésus. Nous avons du mal à établir le contact, à demeurer en sa présence.

Or, **cette relation je-tu est en nous depuis notre baptême**, mais enfouie. Il s'agit de l'éveiller, de la dégager, de l'approfondir. C'est le don de la Foi que j'actualise à chaque fois que j'échange avec Jésus au plus profond de mon cœur. La relation je-tu avec Jésus sera d'autant plus cordiale, concrète, vive, si, en abordant Jésus, au début de mon oraison, j'essaie d'entrer dans ses vues plutôt que lui asséner toutes mes demandes et mes bavardages.

Il est bon de lui dire lentement : « qu'attends-tu de moi ? Je veux ce que tu veux. »

Il ne s'agit pas de solliciter des paroles intérieures ou des révélations, mais de chercher le point de vue, le désir de Jésus sur cette oraison. On peut s'aider beaucoup pour cela de la parole de Dieu, tout spécialement des lectures du jour. Mais nous en reparlerons dans un autre atelier.

Il est important enfin, dans ce dialogue je-tu avec Jésus d'être vrai avec lui, de se présenter tel qu'on est avec nos lumières mais aussi nos ombres. Un dialogue est fructueux et enrichissant si chacun se montre comme il est. N'ayons pas peur de dire la prière de nos frères orientaux : « Seigneur-Jésus, Fils du Dieu vivant... prend pitié de moi, pauvre pécheur. »

Ainsi notre Oraison sera relation vivante avec le Christ.

➔ MISE EN PRATIQUE

Nous allons maintenant faire une oraison, tous ensemble, mais chacun dans un cœur à cœur avec Jésus. Nous allons prendre une lecture d'un texte d'Évangile mais avant, nous allons préparer notre oraison.

Comment ?

- ➔ en nous mettant sous la motion de l'Esprit-Saint afin que cela soit lui qui mène mon oraison, et non pas moi.

Je l'invoque donc, et après, j'écoute de tout mon cœur le récit évangélique. Je le reçois pour moi personnellement. Je visualise Jésus dans mon cœur et je reçois pour moi les paroles qu'il dit. Je les laisse résonner au fond de mon cœur.

- ➔ À partir de ce moment où je suis vraiment en présence de Jésus, je me tais. Et je goûte sa présence, ce qu'il dit. Ou bien je réagis par de courtes paroles mentales : » Jésus, je t'aime », ou « je crois en toi, ou « je veux ce que tu veux ». Cela peut durer cinq ou 10 minutes... et puis je sens que mon attention à Jésus s'est relâchée : j'ai des distractions.
- ➔ Je reprends donc le texte d'Évangile et je me remets en présence de Jésus, de ses paroles, j'écoute.

Vous sentez que cela peut se faire 3 ou 4 fois pendant mon oraison : dès que je m'aperçois que je ne suis plus présent, je reprends le texte d'Évangile. À chaque fois que je reprends l'Évangile en quittant mes pensées vagabondes, je montre à Jésus que je l'aime. Je pose un acte d'amour. C'est ainsi que l'oraison, au lieu de me sembler décourageante à cause des distractions, sera remplie d'amour et très belle aux yeux de Jésus.

- ➔ Cela nous montre bien que c'est Jésus qui mène l'oraison et pas moi. Évitions les bavardages, les demandes trop répétées... et essayons d'être docile à Jésus, aux inspirations de l'Esprit-Saint que nous avons prié au début, en nous coulant dans ce que Jésus nous dit par le texte d'Évangile.

N'oublions jamais que Jésus nous aime en premier. Il nous a choisis, aimés, sauvés avant même que nous existions... et dans l'oraison, Il nous précède si nous savons nous mettre à sa disposition.

- ➔ Après ce dialogue amoureux avec Jésus dans l'Évangile, nous terminerons notre oraison en :
 - ❖ le remerciant pour les grâces et les lumières qu'il nous a données,
 - ❖ lui demandant pardon pour nos manques de docilité à ce qu'il veut nous dire, pour les distractions que nous avons trop tardé à quitter.
 - ❖ lui recommandant ceux que nous aimons, sûrs qu'il les aime plus encore, lui et qu'il les entoure de sa miséricorde et de sa protection.

Béatrice LE BOUTEILLER