

Table des matières

Introduction

La prière s'exprime sous quatre formes différentes mais complémentaires

Que faut-il demander dans la Prière ?

Le premier texte Lc 11, 9-13 : Demandez on vous donnera.

Le deuxième texte : Jn-14,13-14 :« demandez en mon nom »

Le troisième texte est celui de la dernière prière de Jésus, celle au mont des Oliviers :
Luc 22,41 s

Dans notre prière à qui pouvons-nous nous adresser ?

Des saintes et des saints qui nous plaisent par leur vie, leur spiritualité.

Marie

Chaque personne de la Trinité

Dans la vie de l'Église, la prière ne se vit pas seulement individuellement

Conclusion

Introduction

Mon intervention n'est pas un traité sur la prière mais une présentation simple, concrète pour aider des catéchumènes à prier de façon chrétienne, parce qu'il y a d'autres façons de prier qui peuvent être séduisantes, intéressantes, enrichissantes mais qui ne font pas partie de notre tradition ecclésiale.

Les formes extérieures, les méthodes et les rites sont-ils indispensables à la prière chrétienne ? Oui, sans doute car on a besoin de mémoire de traditions et d'habitudes, de sécurité et de repos, de lieux spécifiques etc. Mais ce qui est important est-il vraiment essentiel ?

On peut admirer ces techniques corporelles qui, dans les traditions spirituelles orientales, en particulier bouddhistes, permettent d'atteindre au recueillement, à la parfaite disponibilité de l'esprit et du corps et qui peuvent développer des puissances mentales et physiques particulières. On peut avoir le plus grand respect pour ces exploits mentaux concernant la maîtrise du corps et de l'esprit, mais, me semble-t-il, nous risquons des méprises sur ce qu'il en est de la prière chrétienne. Prie-t-on comme Jésus demande de le faire, c'est-à-dire non pas pour utiliser notre cerveau selon ses plus grandes capacités, non pas non plus pour atteindre la passivité la plus grande, mais pour se remettre entre les mains toujours présentes et vigilantes d'un Père tout aimant ?

On admire les musulmans qui arrêtent tout, n'importe où pour prier. On peut être impressionné par ces foules qui se prosternent dans les rues et sur les places publiques dans une unanimité impressionnante. En les imitant, irions-nous « plus loin » dans notre religion ou passerions-nous à côté du message de Jésus ? Ne sommes-nous pas tentés nous aussi par le paraître ? Or, il est étonnant que les évangiles ne nous donnent pratiquement pas de conseils techniques sur

la manière de prier (sans doute parce que Jésus avalise les manières courantes de prier en usage dans le judaïsme de son temps) et quand Jésus fait une mise en garde, c'est pour éviter les manifestations publiques et visibles de la prière.

Craindrait-il un étalage intéressé ? **Je crois plutôt que ses demandent s'enracinent dans une conception très précise de Dieu.** :Ainsi quand il demande de ne pas multiplier les paroles inutiles, de ne pas en rajouter dans les discours devant Dieu et même, comble du paradoxe, de s'enfermer dans le coin le plus secret de sa demeure pour prier (Mt 6,6) ce n'est pas par peur de la foule ! Non, pour lui **Dieu est intime au cœur de l'homme** puisque nous sommes créés à son image, et qu'il sait ce qui est dans le cœur de l'homme. Un Dieu qui se rencontre comme un ami auquel on peut faire confiance, auquel on peut se raconter sans avoir à faire des représentations cérémonieuses... Comme le dit le psaume 130 « *mon âme est en moi comme un enfant, comme un petit enfant contre sa mère.* »

Jésus annonce que le Père n'est jamais loin de ses enfants, qu'il est même plus proche qu'ils ne s'en doutent. À un Dieu intime, proche, on ne se rend pas présent par des tentatives bien réglées mais par une attitude d'accueil, de confiance et d'abandon. Dieu est avec nous en tous lieux puisqu'il réside en nous : puisque nous avons un pape Augustinien, nous pouvons lui faire plaisir en nous rappelant ces paroles de son maître : « *Tu étais au-dedans de moi, et moi au-dehors, et c'est au-dehors que je te cherchais [...] Mais toi, tu étais plus intime que l'intime de moi-même et plus élevé que les cimes de moi-même* ». Confessions, livre III, chapitre 6, 11. Augustin raconte ici sa longue quête de vérité avant sa conversion : il cherchait Dieu partout – dans les philosophies, les plaisirs, les livres –, mais sans le trouver, parce qu'il le cherchait à l'extérieur de lui-même. Dieu, en réalité, habite au plus profond de notre être, plus proche de nous que nous ne le sommes nous-mêmes.

Aujourd'hui, en général, il me semble qu'à travers la prière nous souhaitons rejoindre Dieu pour lui parler, lui exposer aussi bien nos remerciements que nos préoccupations, nos désirs que nos craintes. Tout cela est vrai mais, à travers la connaissance de la foi, on découvre que c'est Dieu qui se révèle, se dévoile et qui cherche l'homme pour signer avec lui une alliance¹. C'est Dieu lui-même qui nous cherche ou plutôt qui nous attend pour nous aider et **qu'il est plus sûr de se laisser atteindre que de vouloir le saisir.**

Tout comme l'expérience amoureuse nous rappelle qu'on n'accueille bien qu'en se donnant, il en va de même pour l'expérience spirituelle et la prière : on ne connaît Dieu que dans la mesure où l'on se livre à lui.

Tout cela pour dire que la prière, plus qu'un rite à accomplir ou un exercice à faire, relève de l'expérience quotidienne de la foi, comme une expérience amoureuse qui se vit au plus profond du cœur et nous accompagne au rythme des heures, des saisons et de la vie tout entière. On apprend à prier en vivant la foi, même si le plus exigeant est de persévérer. Par contre, ce qui

¹ Je cite un texte fondamental pour notre vie chrétienne, la Constitution dogmatique sur la Révélation Divine au & 2 : Ne pas lire les citations bibliques « Il a plu à Dieu dans sa sagesse et sa bonté de se révéler en personne et de faire connaître le mystère de sa volonté (Ep 1,9) grâce auquel les hommes, par le Christ, le Verbe fait chair, accèdent dans l'Esprit-Saint, auprès du Père et sont rendus participants de la nature divine (Ep 2, 18 ; 2P 1,4). Dans cette révélation le Dieu invisible (Col 1, 15 ; 1Tm 1,17) s'adresse aux hommes en son immense amour ainsi qu'à ses amis (Ex 33,11 ; Jn 15,14-15), il s'entretient avec eux (Ba 3,38) pour les inviter et les admettre à partager sa propre vie ».

est bien avec la prière, c'est que l'on peut toujours recommencer. Elle est sans cesse un point de départ et non une arrivée.

Quittons ces paroles quelque peu complexes et entrons dans le concret.

La prière s'exprime sous quatre formes différentes mais complémentaires

Demande demander pour soi

Intercession demander pour les autres

Action de grâce savoir dire merci pour ce qu'il fait, donné ou accompli.

Ces trois premières formes me permettent de parler, de m'exprimer mais aussi de me situer dans la société : par exemple on ne prie pas seulement pour la paix mais pour être artisan de paix.

L'adoration est un peu différente même s'il ne faut pas les opposer. L'action de grâce part des **bienfaits de Dieu**; l'adoration part de **l'être même de Dieu**. Elle suppose une certaine connaissance de l'évangile, de la vie spirituelle, de la Révélation chrétienne, pour apprendre à **reconnaître Dieu pour ce qu'il est et non à partir de ce que j'en ressens ou ce que j'en pense**. Je me tourne vers Dieu en reconnaissant sa sainteté, sa grandeur et sa gloire. Je ne suis pas obligé de parler.

Que faut-il demander dans la Prière ?

Pourquoi prier si Dieu sais déjà tout ?

On ne prie pas pour l'informer Dieu puisqu'il sait déjà tout, mais on le prie pour entrer en relation avec lui car Dieu n'a pas besoin de nos infos tandis que nous, nous avons besoin de sa présence. La prière, ce n'est pas donner des informations à Dieu, c'est ouvrir mon cœur et me placer derrière lui pour qu'il m'aide à faire ceci, réussir cela, traverser telle épreuve...

Le premier texte Lc 11, 9-13 : Demandez on vous donnera.

Moi, je vous dis : Demandez, on vous donnera ; cherchez, vous trouverez ; frappez, on vous ouvrira. 10 En effet, quiconque demande reçoit ; qui cherche trouve ; à qui frappe, on ouvrira. Quel père parmi vous, quand son fils lui demande un poisson, lui donnera un serpent au lieu du poisson ? 12 ou lui donnera un scorpion quand il demande un œuf ?

On est content d'entendre cela, mais alors pourquoi n'obtenons-nous pas, le plus souvent, ce que nous demandons ?

La réponse se trouve au verset suivant : « Le Père...donnera l'Esprit Saint à ceux qui lui demandent ».

Dans l'Évangile, le don de Dieu, le seul possible, c'est l'Esprit Saint. Il est donc inutile de demander à Dieu autre chose que l'Esprit Saint, ce serait le considérer comme un magicien.

La toute-puissance de Dieu est celle de se donner lui-même pour embellir la vie de celui qui le reçoit. Il ne peut pas donner ce qui serait contraire à son être. Dans la prière nous demandons à Dieu d'élargir notre cœur pour que tout ce qui nous touche soit vécu dans l'Esprit de Dieu. **La prière consiste donc en tout premier à demander l'Esprit de Dieu**, un esprit qui depuis toujours (Isaïe 11,2) apporte ce qu'il est : les fameux dons de l'Esprit :

Sur lui reposera l'Esprit du Seigneur :

Esprit de sagesse et de discernement

Esprit de conseil et de force et de vaillance

Esprit de connaissance et de crainte du Seigneur...

Bien souvent, nous avons une représentation fautive de Dieu, l'imaginant capable de faire tout, tout seul et donc de satisfaire nos désirs. Or Dieu ne peut donner que ce qu'il est, c'est-à-dire l'Amour, et ce dans la mesure où nous sommes disposés à le recevoir.

Le deuxième texte : Jn-14,13-14 : « demandez en mon nom »

Souvent, consciemment ou non, nous avons tendance à demander en notre propre nom. C'est naturel mais, si nous souhaitons que notre prière nous rende service alors, nous rejoignons le Christ dans sa confiance envers un Dieu qui est Père et non un roi ou un personnage lointain. Ici, nous voyons qu'il ne s'agit pas tant de nommer le Christ, que de s'abriter derrière lui.

Nous devons entrer dans les sentiments qui furent les siens, afin de pouvoir avec lui, comme fils, nous tenir sous le regard du Père.

Il faut laisser le Christ parler en nous et nous inviter à la confiance.

D'où l'importance de mieux connaître la vie de Jésus. apprendre peu à peu l'évangile....

Le troisième texte est celui de la dernière prière de Jésus, celle au mont des Oliviers : Luc 22,41 s

Jésus est au sommet de sa vie mais l'avenir lui fait peur et il se trouve dans l'angoisse, la détresse, Alors il entre en prière. Luc relie directement la prière de Jésus à celle des disciples : « *Priez, pour ne pas entrer en tentation* ». La peur pousse souvent au repli, au sommeil intérieur ou à la fuite ; Jésus, lui, répond par la vigilance et la prière et nous apprend qu'à notre tour, quand nous connaissons l'angoisse et la peur nous pouvons reprendre sa prière.

Nous sommes en face de 8 attitudes de Jésus qui peuvent nous éclairer.

1 Lui s'éloigna d'eux [...] le choix d'un Lieu particulier.

Bien sûr que l'on peut prier partout, là où l'on est, mais un lieu particulier peut être profitable. (chez soi ou à l'extérieur)

2 S'étant mis à genoux Le corps aussi participe à la prière.

Dans les siècles passés, on a souvent oublié notre « frère » le corps au profit du mental et du cérébral. Pourtant, le corps est l'un des moyens essentiels de notre relation aux autres. Lorsque j'aime quelqu'un, je lui tends la main, je lui souris, je l'embrasse : mon corps exprime et rend visible ce qui habite mon cœur. Il n'est pas un obstacle à la relation, mais son lieu même d'incarnation.

Il en va de même pour la prière, car elle est elle aussi relation. Certes, une relation intérieure avec Dieu ; mais cette intériorité ne s'oppose pas au corps. Bien au contraire, celui-ci peut y participer pleinement. S'agenouiller, ouvrir les mains, incliner la tête, garder le silence : autant de gestes simples qui engagent l'être tout entier et disposent le cœur à la rencontre.

L'Écriture elle-même nous invite à cette prière incarnée : « Glorifiez donc Dieu dans votre corps » (1 Co 6, 20). Le corps n'est pas étranger à la vie spirituelle ; il en est le compagnon. Les Pères de l'Église l'avaient bien compris. Ainsi, saint Irénée affirme que « la gloire de Dieu, c'est l'homme vivant », c'est-à-dire l'homme tout entier, corps et âme unifiés dans la louange. Ainsi, loin de gêner, le corps peut soutenir la prière : il aide à entrer en présence de Dieu, à mettre le cœur en mouvement tout en apaisant l'esprit. Il devient alors non seulement un instrument, mais un véritable lieu de la rencontre avec Dieu.

Chacun peut laisser venir de l'intérieur de lui-même les gestes qui mettent en mouvement son cœur : Être à genoux ou debout ou assis ou couché, les mains jointes ou étendues ou posées sur

les genoux etc. Ou tout simplement savoir s'asseoir correctement et positionner son corps de façon stable pour pouvoir durer sans trop y penser.

De même, il est toujours utile de penser à maîtriser le sens de la respiration. En inspirant on accueille en expirant on se dit...

3 il priait, disant Père, Dieu est un père qui ne peut lui vouloir que du bien. Rappelez-vous l'histoire du fils prodigue.

4 Si tu veux il ose dire sa confiance, il n'a pas peur de dire « J'aimerai bien que... »

5 Écarter de moi cette coupe (cette épreuve) Oser être en vérité, dire ses peurs.

Elle ne signifie pas une résignation froide, mais l'acte d'amour par lequel Jésus confie son avenir au Père au moment même où tout en lui tremble. C'est pourquoi ce passage n'est pas seulement un récit sur Jésus, mais aussi une école de prière pour le croyant.

L'angoisse n'est pas un manque de foi et son exemple doit nous aider à assumer pleinement notre condition humaine, avec la peur devant la souffrance, l'abandon et la mort. Luc ajoute même que sa sueur devint comme des gouttes de sang, pour faire sentir la gravité extrême de cette prière.

Pour nous aujourd'hui, reprendre la prière de Jésus, ce n'est pas répéter une formule magique, mais entrer dans une confiance inébranlable. On peut la dire très simplement : « *Père, si tu veux, éloigne de moi cette coupe ; cependant, non pas ma volonté, mais la tienne* ». Cette détresse nous ressemble. Quand l'avenir nous effraie – maladie, échec, solitude –, Jésus ne nous dit pas de faire semblant. Il entre en prière, à genoux, et nomme tout devant le Père. La peur devient alors un lieu de vérité, pas de paralysie. Cette prière n'efface pas la peur ; elle la traverse en s'abandonnant.

6 Pourtant Un adjectif étonnant ! Tout l'art de la discussion, l'appel à la mémoire et à la connaissance. **Je passe en revue ce que je sais de Jésus**, voir même ce que j'ai vécu avec lui...d'où l'intérêt des différentes formations proposées par notre diocèse...

7 Que ce ne soit pas ma volonté mais la tienne . Ces mots sont un acte d'amour. Jésus ne se résigne pas ; il confie sa vie. Et un ange le fortifie. Dieu ne supprime pas toujours la coupe, mais il nous soutient pour la boire avec lui. Cette phrase m'apparaît comme la plus exigeante de la vie chrétienne.

8 qui se réalise. La **Conviction** que Dieu m'aime comme je suis et qu'il a un plan positif sur moi.

On trouve là, me semble-t-il, le rythme de toute prière. Prier c'est être revêtu de cette force qui n'éloigne pas le calice mais donne confiance en l'accomplissement final.

Dans notre prière à qui pouvons-nous nous adresser ?

Quand nous sommes préoccupés par ce qui nous touche, il est important de bien **choisir son interlocuteur pour profiter de ce qu'il a lui-même vécu.**

Des saintes et des saints qui nous plaisent par leur vie, leur spiritualité.

L'Apocalypse montre les saints présentant nos prières comme un encens (Ap 5,8). Ils forment avec nous la **communio des saints**, un grand corps uni dans le Christ où tous intercèdent les uns pour les autres. Les saintes et les saints ne sont pas des statues lointaines, ils sont vivants devant Dieu et prient pour nous avec plus de force, car « *la prière d'un juste a une grande efficacité* » (Jc 5,16).

Plus encore, ils peuvent devenir des amis plus proches encore, car unis au Christ, ils portent nos intentions devant Dieu sans jamais se substituer à lui. Cela rend nos prières plus riches, comme une chorale qui chante à plusieurs voix. Chaque saint nous montre un chemin précis, En les priant, on s'inspire de leur vie tout en demandant leur aide maternelle ou fraternelle. L'Apocalypse montre les anciens offrant « les prières des saints comme un encens devant Dieu » (Ap 5,8 ; 8,3-4). Et l'auteur de l'Hébreux parle d'une « nuée de témoins » qui nous entoure (He 12,1). C'est donc une pratique solidement scripturaire.

Marie

Cette pratique est ancienne : déjà au IIe siècle, on trouve des prières à Marie.

Sur la Croix, Jésus donne Marie comme Mère à Jean, et à travers lui, à l'Église entière. Prier Marie, c'est donc accueillir ce don filial, comme un enfant parle à sa mère pour se rapprocher du Père. Marie n'exauce pas par elle-même : elle porte nos prières à son Fils, comme aux noces de Cana où elle dit « *Ils n'ont plus de vin* » et obtient le miracle (Jn 2,3-5). Elle intercède avec une tendresse unique, pleine de grâce.

En priant Marie, on imite son « fiat » (Lc 1,38) et on apprend à dire oui à Dieu. Elle nous conduit toujours à Jésus, sans jamais se substituer à lui.

Chaque personne de la Trinité

C'est ici que l'on retrouve l'antique tradition ecclésiale, d'attribuer à chacune des personnes de la Trinité un des moments principaux de la journée.

Le matin : je prie avec Jésus le Christ

Le jour chasse la nuit, le repos doit céder la place aux activités et il faut donc se lever du bon pied, puis si le petit déjeuner est familial ou collectif, avoir le sourire et un mettre un bon esprit ensuite c'est le départ pour les travaux professionnels, scolaires, domestiques ou autres : il faut du courage, de l'effort et le moral.

Adressons-nous au Christ soleil levant, au Ressuscité à ce maître par excellence qui ne craint aucun lieu et ne rejette personne. Rappelez-vous, Jésus fréquentait aussi bien les femmes que les hommes, les campagnes que les villes, les Judéens que les Galiléens, et ses paroles réconfortantes s'adressaient aussi bien au Samaritains, Grecs et Romains qu'aux juifs de Jérusalem.

Adressons-nous à celui qui est un exemple de vie, afin **qu'il nous aide à aller de l'avant comme lui-même allait toujours de l'avant.**

Au milieu du jour : le temps de l'incertitude, voici l'heure de l'Esprit

C'est le milieu du jour il en reste encore autant à parcourir, c'est l'incertitude sur la suite. Si le Travail de la matinée a été facile ou pénible, si des relations humaines ont été cordiales ou pénibles, alors il va falloir continuer sur sa lancée ou la rectifier, retrouver le moral ou le garder intact... C'est le moment de s'adresser à l'Esprit-Saint, cet Esprit qui nous libère puisqu'il met en nous l'amour de Dieu.

C'est le moment de se rappeler ou d'apprendre

- les fameux dons de l'Esprit que l'on trouve chez Isaïe au chapitre 11,2 « *sur lui (l'Emmanuel) reposera l'esprit du Seigneur : esprit de sagesse et de discernement, esprit de conseil et de force, esprit de connaissance et de crainte du Seigneur* ».
- les fruits de l'esprit en Galates 5, 22-23 : « *Voici le fruit de l'Esprit : amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, fidélité, douceur et maîtrise de soi.* »

De toutes les façons, nous sommes toujours des débutants sur les chemins de prière, car nous ne savons pas prier comme il faut, c'est pourquoi on doit toujours demander de l'aide à l'Esprit Saint car c'est lui le véritable maître de la prière, que nous pouvons invoquer dans le silence de la nature ou la frénésie de la vie moderne.

Je cite St Paul dans son épître aux Romains 8, 26-28 : « *Bien plus, l'Esprit Saint vient au secours de notre faiblesse, car nous ne savons pas prier comme il faut. L'Esprit lui-même intercède pour nous par des gémissements inexprimables. Et Dieu, qui scrute les cœurs, connaît les intentions de l'Esprit puisque c'est selon Dieu que l'Esprit intercède pour les fidèles. Nous le savons, quand les hommes aiment Dieu, lui-même fait tout contribuer à leur bien, puisqu'ils sont appelés selon le dessein de son amour* ».

Le soir : on dépose le fardeau, voici l'heure du Père

La nuit est proche avec ses angoisses ou son abandon... Le travail est terminé, bien ou mal mais on est fatigué... le moment où l'on dépose le fardeau. **Voici l'heure du Père.** Le moment important n'est plus celui du travail mais celui où l'on rend compte de son travail.

Si le fardeau est pesant, ce sera une prière d'abandon, la prière du pauvre. On se confie à lui, en se rappelant son amour continuel pour les hommes, son don sans cesse proposé à travers les anciennes alliances (Noé, Abraham, Moïse) ou l'envoi de son Fils pour une alliance entièrement revue et corrigée. Dieu est Dieu, il nous aime depuis toujours, il n'a jamais repris sa bénédiction (même après la transgression d'Adam, après toutes les ruptures d'alliance des hommes de la Bible), il ne va pas la reprendre ce soir : Il reste à jamais notre Père. Cf. Luc 15 et les trois paraboles de la miséricorde.

Si la journée a été bonne, on peut répondre par **l'action de grâces, un grand merci....** Voilà pourquoi nous ne pouvons terminer une journée sans avoir invoqué son nom, sans le reconnaître dans ce qu'il est pour nous, même si la conscience que nous en avons est faible, puisqu'après tout la foi se nourrit de notre faiblesse même.

Nous pouvons ainsi valoriser chaque grand moment de la journée et la prière Trinitaire devient un art de vivre, jour après jour.

Dans la vie de l'Église, la prière ne se vit pas seulement individuellement

Elle peut s'exprimer à travers des dévotions comme le chapelet

Elle est aussi communautaire et est associée principalement :

Aux différents sacrements

A la liturgie des Heures

La prière liturgique (pendant une messe ou un office de la Liturgie des heures) doit être abordée comme un lieu particulier où l'on se tient, avec d'autres, devant Dieu, pour l'écouter et pour lui parler. La liturgie n'est pas là d'abord, pour favoriser l'union directe de chaque personne avec

Dieu (à la différence de la prière personnelle) mais pour permettre à la communauté des croyants de se laisser atteindre puis façonnée par Dieu.
Il faut les deux : la prière personnelle puis la prière collective.

Conclusion

On peut prier à tout moment, partout et toujours, dans les comportements les plus quotidiens de la vie. Si la prière est le geste si simple de la remise de soi à plus grand que soi, alors elle peut prendre les formes les plus diverses. Si l'on peut vivre la confiance au Père toujours et partout, alors rien n'est exclu. Certes il faut aussi des lieux, des temps et des lectures privilégiées, mais la prière chrétienne ne peut en aucun cas être limitée à ces moments si nécessaires soient-ils. Si de tels moments sont des instants privilégiés de ressourcement ou de respiration, ils doivent être accompagnés d'autres instants où la remise de soi à Dieu passe par le travail, la rencontre de l'autre, le soin de son corps, la visite des malades, la réflexion intellectuelle, la culture, le loisir.

Frère François Comparat, Ofm