

La prière : trouver Dieu en toutes choses

par le père Hugues, prémontré de l'abbaye de Leffe (W.e. à Ste-Croix de Neuilly, les 2-3 décembre 2006.)

1ère PARTIE

En guise d'introduction :

« **La prière chrétienne**, dit l'Abrégé du Catéchisme, est une relation personnelle et vivante des fils de Dieu avec leur Père infiniment bon, avec son Fils Jésus-Christ, avec le Saint-Esprit qui habite en leur cœur. »(1)

Effectivement, selon la maxime de saint Ignace de Loyola, **elle nous fait « chercher et trouver Dieu en toutes choses »**(2), mais bien en tant que réponse à son initiative : c'est lui qui le premier nous a aimés (3), c'est lui qui fait toujours le premier pas vers nous, en disposant précisément toutes choses pour qu'elles puissent nous conduire à lui .(4)

Pour exprimer la richesse de l'expression « relation personnelle et vivante », j'aime beaucoup cette formulation trouvée sur le blog de la « Communion Béthanie » que certains d'entre vous connaissent certainement : « **Prier c'est passer ma vie à passer dans ta vie.** » (5)

Au début, ce serait même plutôt : prier, c'est passer ma vie à laisser ta vie passer dans ma vie... Je crois personnellement que découvrir ou comprendre la prière, c'est faire cette expérience-là.

Je me rends compte qu'avant d'être un quelconque effort de ma part, la prière est avant tout **un don** que j'accueille, un don qui me vient de ce Père du Ciel qui m'a manifesté son amour dans son Fils, par l'Esprit.

L'image de l'eau :

La prière est à la fois comme un canal et comme l'eau qui y coule.**Elle est en même temps cet espace où se déploie la relation qui se noue entre Dieu et moi ; et elle est aussi ce qui remplit cet espace, ce qui fait la relation, ce qui lui donne concrètement consistance.**

J'utilise à dessein l'image de l'eau. Vous avez déjà remonté une rivière jusqu'à sa source ? La source de la Leffe (je parle du cours d'eau sur lequel notre abbaye est construite) est très modeste, la Leffe n'est d'ailleurs qu'un gros ruisseau, même si elle est capable de se gonfler au point de déborder de son lit de temps à autres. La Leffe se jette dans la Meuse ; un bon nageur, à Dinant, peut encore la franchir à la nage. A Liège, c'est déjà plus difficile ; que dire de son estuaire, aux Pays-Bas...

Le filet d'eau va grossissant, en se faulant humblement dans les méandres que lui impose la vallée, sautant, gambadant, puis butant sur le rocher, retenu dans un étang, soudain jaillissant dans une fontaine, reprenant sa course tantôt folle tantôt paisible, pour rejoindre le fleuve qui déroule ses flots toujours plus souverains.

Le fleuve érode le roc, déblaie son chemin et trace sa route au long des âges, déportant les courbes du terrain et burinant les falaises les plus résistantes. Le fleuve avance en dictant sa loi au paysage pour s'élargir toujours plus et finir par embrasser la vaste mer.

La prière est comme l'eau de la Leffe, puis de la Meuse. Et il faut imaginer un fleuve au régime beaucoup plus complexe, qui pourrait entrer sous terre et puis ressurgir, parfois tarir et puis soudain reprendre tout son volume, dévaler en cascades ou en torrents avant de s'apaiser dans les plaines ou les lacs.

Comme une eau, la prière est mouvante, tantôt plate ou pétillante, vive ou paresseuse, calme ou impétueuse, débordante ou presque invisible...

Le canal qui la transporte, l'espace qui lui permet de se déployer en nous, lui est soumis ou la contraint, s'adaptant à son volume ou tentant de le contenir.

Au moment où il s'approche du martyre, à Rome, vers l'an 107, saint Ignace, évêque d'Antioche, en Syrie, écrit dans la lettre qu'il envoie aux Romains : « Il n'y a plus qu'une eau vive qui murmure au-dedans de moi et me dit : 'Viens vers le Père !' »(6)

Quelques années auparavant, saint Jean, dans son Evangile, dit du Christ qu'il s'écrie dans le Temple : « Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi, et qu'il boive celui qui croit en moi. Comme l'a dit l'Écriture : 'De son sein couleront des fleuves d'eau vive'.(7)» Quand le cœur de Jésus est transpercé par la lance du soldat, c'est du sang et de l'eau qui en sortent.(8)

Cette eau qui imbibe et rassasie la terre, qui prépare les sillons et bénit les semailles (9), **c'est bien sûr tout d'abord l'Esprit qui répand la charité du Père dans nos cœurs, mais cette eau, c'est aussi la prière, parce que l'Esprit est au cœur de la prière, l'Esprit est l'âme de la prière. C'est lui qui la porte.**

Tout ce que j'ai développé précédemment suggère que la prière, en tant que **relation**, n'a jamais atteint un statut définitif : bien au contraire, elle évolue, paisiblement ou de façon fulgurante, parfois elle régresse, en butte à l'épreuve ou à l'aridité, soumise à toutes sortes de recalibrages, puis elle reprend sa course.

Je crois qu'il est important de noter dès le départ qu'**elle n'est pas avant tout un exercice ou une technique, un effort : elle est primordialement le flux, le mouvement de l'Esprit**, ou le véhicule de ce flux de l'Esprit, plus ou moins bien accueilli. Pour le dire autrement : ce n'est pas nous qui prions, c'est l'Esprit qui prie en nous. C'est lui qui pousse en nous des gémissements inénarrables (10), c'est lui qui nous attire vers le Père, en modelant de mieux en mieux dans notre cœur l'image et la ressemblance du Fils. **Prier, c'est en somme laisser agir l'Esprit en nous.**

I. La lettre à Proba, de saint Augustin (11)

Pour avancer un peu, je voudrais bien relire avec vous une lettre de saint Augustin, un des maîtres de la prière.

Il s'agit de la lettre qui porte le numéro 130 dans le recueil des œuvres d'Augustin. Elle est adressée vers 411 à une riche et pieuse veuve romaine, Proba Faltonia, qui a fui en Afrique après la prise de Rome par les Goths. Elle avait demandé à l'évêque Augustin des instructions sur la manière de prier.

Il se fait une joie de lui répondre, parce qu'il n'y a rien de plus grand ou de plus important à faire que prier pour une femme dans sa situation.

La prière est nécessaire tant que nous sommes en route, tant que nous marchons dans la foi et pas dans la claire vision, encore loin du Seigneur. (12) En effet, quand nous serons parvenus à la pleine lumière, il ne faudra plus prier, parce que, écrit-il, la tentation n'existera plus.

En plaçant en Dieu notre espérance et en cherchant en Dieu les vraies consolations, là où se trouve la vie véritable, nous nous mettons à prier avec ardeur.

L'objet de la prière, parce que nous ne savons pas ce qu'il faut demander, ni comment (13), c'est ce qu'Augustin appelle **la vie bienheureuse**, c'est-à-dire la vie par laquelle nous vivons de Dieu et avec Dieu : « J'ai demandé une chose au Seigneur, la seule que je cherche : habiter la maison du Seigneur tous les jours de ma vie » (14).

Pour obtenir cette vie bienheureuse, donc pour prier, il faut peu de paroles car ce n'est pas à force de paroles qu'on est exaucé : le Seigneur connaît ce qui nous est nécessaire avant même que nous le lui demandions. (15)

Pourtant c'est le Seigneur lui-même qui nous exhorte à prier sans cesse, sans jamais nous lasser. (16)

Si en effet on peut obtenir du pain d'un ami qu'on dérange, par l'ennui qu'on lui cause (17), combien plus pouvons-nous compter sur la bienveillance de celui qui ne dort ni ne sommeille (18). C'est pourquoi il nous faut demander pour recevoir, chercher pour trouver et frapper pour qu'on nous ouvre. Augustin note – il aime l'allégorie –, que c'est du pain, du poisson et un œuf qui sont demandés : le pain pour la charité, le poisson pour la foi, l'œuf pour l'espérance.

Pourquoi Dieu veut-il nous faire demander sans relâche, puisqu'il sait ce dont nous avons besoin ?

« Le Seigneur notre Dieu n'a certainement pas besoin que nous lui fassions connaître notre volonté, car il ne l'ignore pas : il veut, par la prière, exciter et enflammer nos désirs, pour nous rendre capables de recevoir ce que lui nous prépare » (19). Ce qu'il nous prépare est quelque chose de grand et nous sommes bien petits, il nous faut nous dilater pour pouvoir l'accueillir : rendre ardente la charité, agrandir la foi, affermir l'espérance.

Ce **désir** continu, formé dans la foi, l'espérance et la charité, est en nous une prière continuelle.

Malgré cette prière continuelle du désir, il nous faut aussi prier à heures fixes pour que les paroles nous rappellent le but de notre prière, pour vérifier également nos progrès quant à la précision de l'objet de nos demandes.

Il nous faut vraiment 'prier sans cesse' (20), c'est-à-dire demander sans cesse la vie bienheureuse. Cette prière continuelle rappelle à l'ordre notre esprit au milieu de la dispersion, elle l'élève et elle l'empêche de se refroidir. C'est dire aussi quelle patience et quelle persévérance nous sont nécessaires.

S'il nous faut prier longtemps, cela ne veut pas dire avec beaucoup de paroles, mais avec un saint et pieux désir : un long discours n'est pas un long amour. (21) Le Seigneur lui-même passait des nuits entières en prière : il nous a donné l'exemple dans le temps, lui qui avec son Père exauce éternellement nos prières. (22)

On dit qu'en Egypte, poursuit-il, nos frères prient fréquemment, mais leurs prières sont courtes et comme des élans du cœur, pour ne pas émousser ni éteindre l'attention.

C'est une règle en effet que de ne pas fatiguer l'attention quand elle ne peut pas se prolonger, ni non plus l'interrompre subitement quand elle peut se soutenir.

Il convient de bannir les nombreuses paroles mais beaucoup prier de cœur.

Prier beaucoup, c'est frapper longtemps, avec un pieux mouvement du cœur, à la porte de celui que nous prions.

Ainsi, la prière consiste-t-elle plus en gémissements et en larmes qu'en discours et en paroles !

Les mots nous sont seulement nécessaires pour appeler notre attention sur ce que nous demandons, pas pour instruire le Seigneur ou le fléchir : ainsi, les demandes du **Notre-Père** constituent-elles le mémorandum de ce que nous avons à demander.

Toute la prière se ramène en effet au Notre Père, et prier ainsi, c'est prier selon l'Esprit. Toute la prière de l'Écriture y est comprise : on peut donc, en priant, demander les mêmes choses en d'autres termes, mais on n'est pas libre de demander autre chose !

Prier, c'est donc en fin de compte chercher et demander la vie bienheureuse, c'est-à-dire « atteindre à la charité qui est le but de la Loi » (23). La foi, l'espérance et la charité nous aident à prier puisqu'elles nous aident à demander ce qu'il convient, en nous basant sur le Notre Père (en effet, nous croyons, nous espérons et nous désirons ce que nous demandons). Jeûner, s'éloigner de la concupiscence et des plaisirs vains, faire l'aumône nous aide aussi à prier.

C'est dans les épreuves en fait que nous ne savons pas ce qu'il faut demander (24) : ces épreuves peuvent donc nous être tout autant utiles que nuisibles. Il faut donc supporter quand nous ne sommes pas exaucés et rendre grâce dans le cas contraire.

Ce qu'il convient de toujours demander au sein de l'épreuve, c'est la vie bienheureuse : quand nous serons rassasiés de ses biens, nous n'aurons plus d'autres demandes à faire. Mais là encore, comme nous ne pouvons pas imaginer l'étendue des dons que Dieu nous fait, d'une certaine manière « nous ne savons pas que demander » (25).

Nous en sommes donc réduits à une « savante ignorance » qui nous habite. Elle est éclairée par l'Esprit qui vient au secours de notre faiblesse (26). Il prie pour les saints, c'est-à-dire qu'il fait prier les saints, par des gémissements ineffables, en leur inspirant le désir d'une chose si grande qui leur est encore inconnue mais qu'ils attendent avec patience. Il s'agit de gémissements, parce que la bouche ne peut pas exprimer ce qu'elle désire si elle ne le connaît pas ; pour le désirer, nous devons en avoir le pressentiment ; pour le désirer, nous ne devons pas le voir, donc le demander par des gémissements.

Augustin conclut en disant à Proba : Il vous faut prier comme une veuve du Christ !

Prier en espérance, avec foi et amour ; prier avec persévérance et patience.

Priez comme une veuve du Christ, car vous ne jouissez pas encore de sa présence ; priez comme une pauvre, car vous ne possédez pas encore la vraie richesse ; priez comme si vous étiez délaissée, car tout passe qui n'est pas éternel !

Proba vit avec d'autres femmes, veuves comme elle, ou non, qui ont trouvé abri dans sa maison. Augustin leur recommande encore :

« **Que** chacune de vous fasse ce qu'elle pourra. Ce que l'une ne peut pas, elle le fait dans l'autre qui le peut si elle aime dans cette autre ce que sa faiblesse ne lui permet pas d'accomplir elle-même. Ainsi, celle qui peut moins ne doit pas empêcher celle qui peut davantage et celle qui peut plus ne doit pas presser celle qui peut moins. »

« **Que** le Seigneur t'exauce, lui qui peut nous accorder bien au-delà de ce que nous pouvons comprendre et demander ! (27) »

II. Les Conférences sur la prière de Cassien.

Nous pouvons aussi lire avec profit ce que **Cassien** nous dit de la prière.

Né vers 360, Cassien décide de partir avec son ami Germain en Palestine. Ils deviennent moines dans un monastère de Bethléem. Durant leur noviciat, un Egyptien, Pinufe, arrive au monastère pour être novice en même temps qu'eux. En fait, il s'agit d'un moine célèbre qui fuit le monastère dont il est supérieur. Il leur parle de la vie des moines en Egypte et ils veulent s'y rendre. Ils visitent tout d'abord le monastère de Pinufe, où ses moines, qui l'ont reconnu lors d'un pèlerinage, l'ont ramené. Ils séjournent auprès de lui, puis gagnent les déserts de Nitrie et de Scété où ils vont vivre vingt ans. En 400, Cassien est chassé avec d'autres moines par l'évêque d'Alexandrie qui les accuse de n'être pas orthodoxes. Il se retrouve à Constantinople, qu'il quitte au moment où Jean Chrysostome en est exilé (404). De là, il gagne Rome où il demeure plusieurs années, puis la Gaule, où il fonde, à Marseille, vers 415, deux monastères. Tout le monde vient le voir et l'interroger pour connaître les coutumes de moines d'Egypte. Cassien rédige alors plusieurs livres, parmi lesquels "**Les Conférences**", entre 425-427. Il y fait parler les moines d'Egypte qu'il a connus. Il meurt vers 435.

Il consacre deux conférences à la prière, dans la première (il s'agit en fait de la neuvième du recueil) (28), abba Isaac déclare tout d'abord que « le but du moine, c'est de chercher à prier sans arrêt. (29) »

Pour prier réellement, il faut commencer par se préparer, et tout d'abord rendre son cœur simple en le débarrassant de ses défauts et des habitudes qui le conduisent au péché : elles doivent être remplacées par des habitudes bonnes, et surtout par l'humilité. Le cœur devient alors assez pur pour voir Dieu (30).

Abba Isaac parle des quatre genres de prière, puis de la plus belle de toutes, le Notre Père. Le chrétien qui a mis le Notre Père dans son cœur parle avec Dieu comme un enfant avec son père et arrive ainsi à la vraie prière, la « prière de feu », pur don de Dieu qui ne provient pas de nos efforts.

Chercher la vraie prière ressemble à la construction d'une maison, il faut tout d'abord se mettre à l'œuvre pour construire, selon ce qu'enseigne l'Évangile (31) : calculer et rassembler avec soin tout ce qui sert à la construction, selon l'Esprit. Les matériaux rassemblés, il faut faire des fondations solides pour pouvoir porter le tout : creuser, pour enlever d'abord les habitudes et les désirs mauvais, et poser ensuite les fondations sur la simplicité et l'humilité, comme sur le Rocher de l'Évangile.

Pour prier avec ferveur et avec un cœur pur, il faut d'abord supprimer tous les soucis au sujet de notre corps, éviter de nous inquiéter au sujet de n'importe quelle affaire, de n'importe quelle occupation. Il faut les oublier. Puis se débarrasser des paroles méchantes ou vides, des bavardages, des plaisanteries. Supprimer la colère ou la tristesse qui nous troublent. Arracher tout ce qui nous pousse au péché : mauvais désirs du corps ou amour de l'argent. Alors, on peut construire sur les fondations solides d'une humilité très profonde.

Avant de prier, il faut nous préparer pour être déjà ce que nous voulons être pendant la prière : l'état de notre esprit dépend en effet de ce qui s'est passé avant. Aussitôt que nous nous mettons à genoux pour prier, nos actions, nos paroles et nos pensées se présentent devant nous comme une image : elles nous remettent en colère ou tristes, nous revenons à nos affaires, nous nous rappelons une plaisanterie ou une chose drôle, ou bien encore notre pensée s'envole de tous côtés, comme avant. Il faut donc absolument chasser très vite et loin du fond de notre cœur ce que nous voulons ne pas voir se glisser en nous pendant la prière.

Notre esprit, comme une plume, doit s'élever comme presque naturellement, sous le souffle très léger de la méditation (c'est-à-dire la lente récitation des textes de l'Écriture) : emporté vers le haut, il abandonne ce qui est d'en bas et de la terre pour se porter vers les réalités qu'on ne voit pas avec les yeux.

Nos cœurs ne doivent pas s'alourdir, ainsi que le Seigneur le rappelle dans l'Évangile (32), en mangeant trop, en buvant trop, en ayant trop le souci de la vie présente : bien sûr, tout le monde comprend bien qu'il ne faut pas « prendre la femme d'un autre, ni coucher avec n'importe qui, ni tuer, ni insulter Dieu, ni être voleur » (33) , mais même manger trop de nourriture et boire trop de vin sont nuisibles, on peut ne pas y faire suffisamment attention ; on peut aussi succomber spirituellement à ces tentations quand on croit s'en être débarrassé matériellement, même en vivant au désert comme les moines, et le souci excessif de la vie présente continue à nous garder prisonniers. **Ainsi** le moine qui gagne une pièce d'or par son travail a assez pour se nourrir, mais il veut travailler et se fatiguer davantage pour en gagner deux ou même trois. Deux vêtements lui suffisent, mais il se débrouille pour en posséder trois ou quatre. Une ou deux chambres sont assez pour le loger, mais il lui faut plus d'espace et il veut en construire quatre ou cinq. **C'est le signe** évident de la persistance des désirs du monde et de notre soumission au mauvais. Ce sont les premières tentations à vaincre pour accéder à la prière.

Mais s'il est relativement facile de faire grandir les pensées qui nous portent vers Dieu, il est moins facile de les garder toujours en nous : elles glissent, elles s'enfuient, elles disparaissent à toute vitesse, nous ne nous en rendons même pas compte. Nous sommes si facilement distraits !

La prière dépend des différents états de notre cœur, elle change continuellement :

Elle n'est pas la même quand on a le cœur joyeux ou quand il est lourd de tristesse ou encore écrasé par le poids du désespoir. Tu ne pries pas de la même façon quand tu es plein d'ardeur à cause de tes progrès et quand tu es violemment tenté et sans courage. La prière est différente quand tu demandes le pardon de tes péchés, quand tu demandes à Dieu un secours, une habitude bonne ou la guérison d'une habitude mauvaise. Elle change quand se présente à moi la peur de l'enfer et du jugement, quand je suis triste d'avoir offensé Dieu. Elle change quand mon cœur au contraire est tout brûlant parce que j'espère et je désire les biens à venir. Tu ne pries pas de la même façon quand tu es malheureux ou en danger et quand tu es en paix ou en sécurité. La prière est différente quand Dieu te remplit de lumière en te faisant voir ses mystères, différente encore quand tu te sens paralysé parce que tu ne fais aucun acte vraiment bon et que ton cœur est sec et vide de pensées.

L'apôtre Paul distingue quatre sortes de prière (34) : « Voici ce que je recommande, avant tout : faites à Dieu des demandes et des promesses. Suppliez-le et dites-lui merci » : **demander, promettre, supplier, remercier.**

La demande, c'est un cri, une prière à cause de nos péchés : profondément peiné d'avoir offensé Dieu, le pécheur demande pardon pour ses péchés actuels et passés.

La promesse, c'est offrir quelque chose à Dieu ou lui faire un vœu : renoncer au monde, abandonner ses habitudes pour servir le Seigneur, compter pour rien les honneurs ou les richesses pour nous attacher à lui, nous engager à garder notre corps parfaitement pur, à vivre dans la patience sans jamais nous décourager, arracher de notre cœur les racines de la colère ou celles de la tristesse qui donne la mort.

Supplier, c'est prier pour les autres : quand, pleins de ferveur, nous prions pour ceux que nous aimons, quand nous prions pour la paix du monde entier, quand nous prions pour tous les hommes et les chefs d'Etat.

Remercier, c'est rendre grâce quand nous nous souvenons des bienfaits du Seigneur, passés ou actuels, quand nous nous tournons vers l'avenir en contemplant tout ce que Dieu a préparé pour ceux qui l'aiment (35); c'est faire des prières ferventes, avec une joie immense qu'on ne peut exprimer par des mots.

Ces quatre formes de prière sont utiles et nécessaires, et on les alterne tour à tour.

La demande semble mieux convenir aux commençants ; la promesse est pour ceux qui ont déjà fait du progrès et cherchent à avancer sur la route ; la supplication est pour ceux qui respectent leurs promesses : voyant la faiblesse des autres, ils les aiment et cela les pousse à prier pour eux ; le remerciement est pour ceux qui ont arraché de leur cœur l'épine qui les blessait quand ils se rendaient compte de leurs fautes, pleins de ferveur, ils sont emportés dans une prière de feu.

Quelquefois, l'esprit devenu vraiment pur et qui demeure dans cet état utilise ces quatre sortes de prière en même temps, volant de l'une à l'autre comme une flamme que personne ne peut saisir et qui brûle tout. La prière alors répandue ne peut pas se décrire avec des paroles ; c'est l'Esprit lui-même qui la fait jaillir devant Dieu en des gémissements qu'on ne peut exprimer par des mots (36). Nous ne nous en rendons même pas compte : une foule de sentiments sortent et débordent que nous sommes incapables de raconter et dont nous perdons même jusqu'au souvenir.

La prière pure et très fervente peut se rencontrer à tous les degrés, même les plus humbles.

Si toutefois nous voulons progresser, il faut chercher plutôt les formes de prière qui naissent quand on contemple les biens à venir ou quand on aime Dieu d'un amour brûlant.

Pour arriver aux prières parfaites, l'esprit doit monter, peu à peu et par degrés, en suivant l'ordre des différentes prières.

Le Seigneur lui-même a utilisé les quatre formes pour nous en laisser l'exemple : la demande, quand il prie le Père d'éloigner de lui la coupe de souffrance au jardin des Oliviers (37); la promesse quand il prie : « Pour eux je me consacre moi-même, afin qu'ils soient eux aussi consacrés dans la vérité (38) » ; la supplication quand il implore : « Père pardonne-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font (39) » ; le remerciement quand il s'écrie : « Je te bénis, Père, Seigneur du ciel et de la terre, tu as caché cela aux sages et aux savants et tu l'as révélé aux tout-petits (40) » .

Les exemples donnés montrent qu'il pouvait les utiliser séparément, mais il nous montre aussi qu'on peut les réunir toutes ensemble dans une prière parfaite : c'est la grande prière que nous lisons à la fin de l'Évangile de Jean, au chapitre dix-sept, où il ouvre largement son cœur.

Un degré encore plus élevé, plus parfait, suit ces prières. C'est un regard sur Dieu seul, un amour brûlant comme un feu. Le cœur s'enfonce dans l'amour et s'abandonne à lui. Celui qui prie ainsi parle avec Dieu comme avec son vrai Père, très familièrement, très tendrement.

Le texte même de la prière du Seigneur, le Notre-Père, nous apprend que nous devons rechercher cet état.

[Cassien – par la bouche d'Abba Isaac – commente ici le Notre-Père.]

Le Notre-Père est véritablement le modèle qui nous est donné par le Seigneur pour le supplier : c'est la prière parfaite. Le Seigneur nous l'a apprise et nous a commandé de la dire. Ceux qui ont l'habitude de la réciter fidèlement peuvent être élevés encore plus haut et monter jusqu'à la prière qui brûle comme un feu.

Bien peu de personnes la connaissent par expérience. Cette prière, il n'est pas possible d'en parler, elle dépasse l'intelligence de l'homme. C'est le silence. La langue ne bouge pas. On ne dit aucune parole. L'esprit est éclairé, il baigne dans une lumière qui vient du ciel. Il ne se sert plus du faible langage humain. Toutes ses pensées se rassemblent et la prière jaillit comme une source qui déborde. Elle s'élançe vers Dieu avec puissance, d'une façon impossible à expliquer.

L'Évangile nous montre encore le Seigneur dans cet état de prière quand il se retirait seul sur la montagne ou quand il restait en silence (41). Il nous donne le modèle de cette prière quand, rempli de peur et de tristesse au Mont des Oliviers, il répand des gouttes de sang (42). Nous ne pouvons pas imiter une prière si brûlante.

Les sentiments de grande ferveur ont des causes et des formes diverses :

« **Quelquefois**, quand je chantais des psaumes, un verset a été pour moi l'occasion d'une prière de feu. D'autres fois, la voix harmonieuse d'un frère a réveillé les autres, un peu endormis, et les a entraînés dans une prière ardente. Je le sais aussi : la voix calme et grave d'un frère qui dit un psaume donne quelquefois beaucoup de ferveur à ceux qui sont là. De la même façon, les conseils d'un homme d'expérience, un entretien spirituel, rendent souvent courage à un cœur triste et font monter vers Dieu de nombreuses prières. Il m'est arrivé d'être animé d'une vraie ferveur à l'occasion de la mort d'un frère ou d'un ami. Parfois le souvenir de ma tiédeur, de ma négligence, m'apporte une ardeur profonde qui me sauve. (43)»

Souvent la grande ferveur se manifeste **par un bonheur extraordinaire, par une joie débordante de l'esprit**. Elle peut être si forte qu'elle éclate avec de grands cris (« qui parviennent jusqu'à la cellule de notre voisin (44) »). Parfois, au contraire, l'esprit se ferme et se tient caché dans **un profond silence**. Tout se tait. Nous sommes surpris par cette lumière soudaine, nous ne pouvons plus parler. Nos pensées sont retenues à l'intérieur de nous-mêmes, nous ne nous rendons plus compte de rien. Notre esprit élève ses désirs vers Dieu avec des gémissements impossibles à décrire. Quelquefois enfin, nous sommes saisis par une grande ferveur en même temps que **par la douleur**. Seules les larmes sont alors capables de nous soulager.

Même en ayant peu d'expérience, quand par exemple on pleure ses péchés, le Seigneur peut nous visiter, une joie immense peut nous remplir, une force nouvelle. C'est un bonheur si grand qu'il n'est rien de meilleur pour nous. Mais nous ne pouvons pas retrouver cet état quand nous le voulons : nous avons beau faire tous les efforts pour y arriver, les larmes abondantes ne viennent plus, les yeux restent secs et durs comme un caillou. Autant alors nous avons été heureux de pleurer beaucoup, autant nous souffrons de ne pouvoir le refaire.

Les larmes aussi ont diverses origines : la souffrance des péchés commis qui nous déchire le cœur, la contemplation des biens futurs et de la gloire à venir, notre soif de Dieu, la crainte d'être séparé de Dieu pour toujours, la dureté constatée chez les cœurs qui s'obstinent, l'inquiétude ou l'angoisse des malheurs qui écrasent le juste (et c'est alors la prière d'un pauvre...)

Les larmes coulent toutes seules, de l'extérieur de nous-mêmes. Il ne faut pas les rechercher, ce serait une distraction pour celui qui prie.

Le bienheureux Antoine disait : « Quand le moine se rend compte qu'il prie, sa prière n'est pas parfaite » (45).

Quand nous sommes en prière et qu'aucune hésitation ne vient nous déranger, aucun doute ne vient troubler notre confiance, que nous sentons que nous avons obtenu ce que nous avons demandé, soyons-en sûrs, notre prière est allée jusqu'à Dieu : « Tout ce que vous demanderez dans la prière,

croyez que vous aller le recevoir, et Dieu vous le donnera (46)» .

Pour être sûrs que Dieu nous écoute, nous qui ne sommes pas parfaits, nous avons pourtant quelques moyens :- nous réunir pour prier à deux dans un accord profond : « Si deux ou trois se mettent d'accord sur la terre pour demander quelque chose, mon Père qui est aux cieux le leur donnera (47)» - une foi totale, celle que le Seigneur compare à une graine de moutarde (48).- insister dans la prière : « Cet homme se lèvera parce que cet ami insiste. Il lui donnera tout ce qu'il veut » (49)- le partage avec les pauvres : « Ton aumône sera une prière pour toi au jour du malheur » (50)- corriger sa vie et faire des actes de bonté : « Libère les hommes enchaînés injustement, enlève les charges qui les écrasent » (51); « alors tu appelleras et le Seigneur t'écouterà. » (52)

Nous devons avant tout insister sans hésiter, sans manquer de confiance. En tenant bon, nous obtiendrons tout ce que nous demanderons, si c'est en accord avec ce que Dieu veut. « Demandez et vous recevrez... » Il n'est pas nécessaire pour cela d'avoir fait beaucoup de bonnes actions et cela ne demande pas beaucoup d'efforts. Tout le monde en est capable, il suffit de le vouloir.

Si Dieu attend pour nous donner ce que nous demandons, c'est peut-être pour notre bien. « Ou bien l'ange chargé de nous apporter le bienfait de Dieu a déjà quitté le Dieu tout-puissant mais l'esprit du mal l'a retardé. Si cet ange arrive quand nous avons cessé de prier avec ardeur, il ne pourra pas nous donner ce que nous avons désiré, c'est sûr ! »

C'est pour cela que le Seigneur nous a appris à dire : « Que ta volonté soit faite ! » parce que « Nous ne savons pas ce que nous devons demander » .

Le Seigneur nous refuse ce qui est contraire à notre salut (cf. Paul et ma grâce te suffit) .

Le Seigneur lui-même, parce qu'il était un homme, a éprouvé le même sentiment quand il a prié et il nous en a laissé l'exemple : « Pourtant, ne fais pas ce que je veux, mais ce que tu veux » . Il a toujours cherché la volonté du Père et c'est ainsi que nous devons faire en terminant à chaque fois de même notre prière.

Il nous faut prier « en entrant dans notre chambre et en fermant la porte (60)» , c'est-à-dire chasser vraiment loin de notre cœur le bruit des pensées et des soucis pour présenter au Seigneur nos demandes comme en secret et familièrement ; rester en silence, sans ouvrir la bouche, pour supplier celui qui regarde le fond des cœurs et non les paroles.

Il nous faut prier souvent mais peu de temps pour ne pas retomber dans les pièges de la distraction.

La première conférence de Cassien se termine sur la question de savoir comment atteindre et garder la prière continuelle, la seconde (dixième Conférence) redémarre sur la prière pure, qui n'admet ni représentation de la Divinité, ni forme corporelle, pas même le souvenir d'une parole ou l'idée d'une action quelconque, elle n'est plus qu'élan vers Dieu, réalisant ainsi ce que le Seigneur demandait à son Père pour les disciples : « Afin que l'amour dont tu m'as aimé soit en eux, et eux en nous (61)» , « afin que tous soient un, Père, comme toi en moi et moi en toi, afin qu'eux aussi soient un en nous (62) » .

Le parfait amour dont « Dieu nous aima le premier » (63) passera alors en nos cœurs. Nous lui serons tellement attachés que toute notre respiration, toute notre vie d'intelligence, tout notre parler, ne seront que de lui.

Tout notre effort doit donc tendre à mériter de posséder cette unité comme un avant-goût, dans son corps mortel, de la gloire du ciel. Toute la vie, tout le mouvement du cœur devient alors une prière unique et ininterrompue.

Pour apprendre à garder cette prière continuelle, réveiller en nous ce souvenir de Dieu et le garder sans cesse, Abba Isaac propose une formule : « Dieu, viens à mon aide ; Seigneur, hâte-toi de me secourir » (64).

Elle est la voix de l'amour et de la charité ardente, le cri de l'âme qui a l'œil ouvert ; un rempart inexpugnable contre les attaques, une cuirasse dans les dégoûts, les angoisses, les tristesses, l'effervescence des distractions, l'éparpillement des pensées, les images, les souvenirs. Elle permet de rendre grâce dans l'allégresse et de garder la constance et la vigueur surnaturelle.

Ce verset doit être notre prière constante. Il faut le répéter sans cesse, partout, assis, debout, en voyage (65), l'écrire sur ses lèvres, sur les murs, dans le sanctuaire du cœur. Il doit nous accompagner comme un unique refrain.

Ce verset permet d'accéder à la vraie prière, à goûter pleinement la réalisation de l'Écriture : le sens des mots ne nous est plus découvert par des explications, mais par l'expérience que nous en faisons. A tel point que priant les psaumes par exemple, nous sommes tellement pénétrés des mêmes sentiments dans lesquels ils ont été chantés et composés que nous en devenons pour ainsi dire les auteurs. Les paroles saintes éveillent alors en nous des souvenirs ; il n'y a plus rien que nous apprenions par ouï-dire, mais nous en palpions la réalité pour l'avoir perçue à fond. Ces paroles ne nous font plus l'effet d'être confiées à notre mémoire, mais nous les enfantons du fond de notre cœur.

Cette prière qui ne s'occupe donc plus de la considération d'aucune image ne s'exprime pas par la parole ni par des mots : elle jaillit dans un élan de feu, un ineffable transport du cœur (66), une insatiable impétuosité (67) d'esprit ; elle s'exprime par des gémissements inénarrables et des soupirs.

Comment s'y fixer, puisque nous connaissons bien le mouvement de l'âme qui médite, glisse, saute, s'éparpille, roule, erre comme en proie à l'ivresse (lire la description très imagée) ? (68)

Trois choses rendent constant un esprit dissipé : les veilles, la méditation (récitation de l'Écriture), la (pratique de la) prière. Il faut être assidu et appliqué à ces trois moyens pour établir l'âme dans une inébranlable fermeté.

Il est bon aussi pour le moine de s'adonner à un travail continu, pour s'affranchir des inquiétudes en vaquant à la tâche prescrite par l'Apôtre : « Prier sans cesse » (69) .

« Celui qui ne prie que lorsqu'il est à genoux, prie bien peu. Mais celui qui, à genoux, s'abandonne à toutes les distractions, ne prie pas du tout. (70) »

Appendice I.

Même le moine est distrait ou description de la distraction, par Jean Cassien (71)

« **Nous sommes-nous** mis dans l'esprit quelque passage d'un psaume, insensiblement il se dérobe, et l'âme glisse inconsciemment et tout ébahie à un autre texte de l'Écriture. Elle se met à le méditer ; mais elle ne l'a pas encore pénétré à fond, qu'un texte nouveau surgit dans la mémoire, et chasse le précédent. Sur ces entrefaites, un autre survient : nouveau changement ! L'âme roule ainsi de psaume en psaume, saute de l'Évangile à saint Paul, de celui-ci se précipite aux prophètes, de là se porte à des histoires spirituelles. Inconstante et vagabonde, elle est ballottée deçà et delà par tout le corps des Écritures, impuissante à rien écarter ni retenir à son gré, à rien pénétrer les sens spirituels, sans en produire ni s'en approprier aucun. Toujours en mouvement, toujours errante à l'aventure, même dans le temps de la Synaxe (Eucharistie) elle s'éparpille en sens divers, comme en proie à une sorte d'ivresse ; et nous n'acquiesçons aucun office comme il faudrait. Est-ce l'heure de la prière, nous

revenons par la pensée sur quelque psaume ou quelque lecture. Si nous chantons, nous nous occupons d'autre chose que ce qui est dans le psaume. Sommes-nous à faire une lecture à haute voix, nous caressons quelque projet, ou nous entretenons de ce que nous avons fait. Ainsi l'esprit n'accueille ni ne quitte aucun sujet, quand il serait à propos et convenable ; il semble le jouet du hasard ; il n'a pas en sa puissance de retenir ni de garder les idées mêmes auxquelles il se plaît. »

Des questions pour débattre et partager en groupes:

1. Dans tout ce que j'ai entendu, qu'est-ce qui me touche ou me permet d'avancer ? Qu'est-ce qui m'aide ou m'empêche de prier ?
2. Suis-je bien convaincu que c'est l'Esprit qui prie en moi ?
3. Comment résonne en moi cette formule : « Prier, c'est passer ma vie à passer dans ta vie » ?