

MENSUEL **SOP** SERVICE ORTHODOXE DE PRESSE

Supplément au SOP n° 241, septembre-octobre 1999

LA PRIÈRE PERSONNELLE

Exposé du père Michel EVDOKIMOV,
présenté dans le cadre
des sessions de Bois-Salair

(Fontaine-Daniel, Mayenne, août 1999)

Service orthodoxe
de presse et d'information
14, rue Victor-Hugo
92400 COURBEVOIE
Tél. 01 43 33 52 48
Fax 01 43 33 86 72

*Abonnements :
Voir en dernière page*

Le SOP informe ses lecteurs sur la vie de l'Église orthodoxe en France et dans le monde, et fournit une réflexion sur l'actualité. Il n'est pas responsable des opinions exprimées dans son bulletin. L'ensemble des textes qu'il publie peuvent être librement reproduits avec l'indication de la source : SOP. Placé sous les auspices de l'Assemblée des évêques orthodoxes de France, ce service est assuré par la Fraternité orthodoxe en Europe occidentale.

Document 241.A

LA PRIERE PERSONNELLE

Quelques voies d'approche

Il n'y a pas de définition abstraite, de théorie intellectuelle de la prière. Ne devraient en parler que ceux qui s'en sont rendus maîtres, et sont capables de rendre compte de l'expérience qui les a bouleversés. Saint Théophane le Reclus écrit : « Dans la prière, ce qui compte, c'est de se tenir devant Dieu avec l'intellect dans le cœur, et de continuer à s'y tenir sans cesse jour et nuit, jusqu'à la fin de sa vie ». Cette parole permet d'éclaircir bien des choses :

— La prière n'est pas au premier chef une demande, mais une attitude. Elle consiste à « se tenir devant Dieu », devant le transcendant, dans le sentiment de l'abîme qui le sépare de nous, et en même temps dans la conscience qu'il est plus intime à nous-mêmes que nous-mêmes, lui qui « intercède en nous en soupirs ineffables » (Rm 8,26).

— La descente de l'intellect dans le cœur permet d'unifier toutes les composantes de la personne (pensées intellectuelles, sentiments, désirs, souvenirs...) dans son centre.

— L'expression « sans cesse jour et nuit » inscrit la prière dans la durée, c'est l'enjeu d'un âpre combat, dans une manière d'être, de vivre jour et nuit.

Un moine, malade, allait mourir et son supérieur le visitait régulièrement ; il ne lui demandait pas : comment te sens-tu aujourd'hui ? mais : comment va la prière ? ne se relâche-t-elle pas ? Il l'aida ainsi à traverser cette ultime épreuve avec le plus de conscience possible et dans l'espérance.

La meilleure école pour apprendre à prier, c'est la Bible. Elle est un maître infaillible, à l'expérience inépuisable. Le Christ dit : « Veillez et priez, veillez, car nous ne savez ni le jour, ni l'heure ». Que signifie cette parole ?

Veiller a deux sens : 1. ne pas dormir, même dans la journée, éviter de glisser dans le sommeil quand il faudrait prier, comme les apôtres à Gethsémani. 2. Etre en attente, aux aguets, comme une sentinelle qui doit empêcher l'ennemi d'entrer dans la forteresse ou, symboliquement, empêcher les pensées parasites de venir perturber le cours de la prière.

Le « jour » en question est celui des temps eschatologiques, des fins dernières, où le Maître viendra. La prière ainsi proposée par le Christ nous projette déjà dans un autre monde. Si nous prions dans notre chambre, dans la rue, dans un supermarché ou dans un autobus alors, là où nous sommes, le ciel et la terre se rejoignent dans notre cœur.

On peut dégager en gros cinq modes de prières :

— La prière liturgique : elle nous apporte un soutien particulier dans la mesure où notre prière personnelle est amplifiée, relayée par la communauté vivante comme par la nuée des témoins invisibles qui, tous, accomplissent le même acte liturgique.

— Les prières rédigées par la tradition, consignées dans des livres, pour les différents temps de la vie.

— Les prières spontanées, plus courantes chez les catholiques et surtout chez les protestants, prières que nous aurions grand tort de négliger. Une mère dont l'enfant est gravement malade trouvera les mots pour crier son désespoir. Nous devons apprendre à être nous-mêmes devant Dieu, à nous exprimer personnellement, librement devant lui comme personne d'autre ne saurait le faire à notre place.

— La prière du cœur ou du nom de Jésus, qui remonte à la tradition hésychaste des Pères du désert, chère à une partie de l'orthodoxie.

— Les actes, pas forcément des exploits, de la vie quotidienne : visiter un malade, apprendre le français à un travailleur étranger, donner du pain à un affamé, accomplir la tâche du jour... Dans ce sens la vie tout entière peut devenir prière, une prière élevée « sans cesse », selon saint Théophane.

Il y a trois mouvements essentiels dans la prière :

— La louange et l'action de grâce : « Que ton nom soit sanctifié », « Louez le Seigneur du haut des cieux ».

— L'offrande : comme tu pardones, nous pardonnons aussi.

— La demande : « donne-nous notre pain de ce jour ». N'oublions pas que nous nous adressons au Père céleste, non à un serviteur, nous n'avons pas à l'abreuver de demandes pour lui permettre de corriger sa création dans le sens qui nous paraît favorable. Nos offices liturgiques nous montrent que l'on commence par la louange, avant de faire un acte d'humilité qui s'enchaînera sur une action de grâces pour les bienfaits reçus, avant de s'achever sur les demandes.

La mise en préparation

« Je crois qu'il n'y a pas de chose plus pénible que l'oraison. Quand l'homme veut se mettre à prier c'est alors que ses ennemis, les démons, cherchent à l'en empêcher » (Apophtegmes). La décision de se mettre en état de prier doit parfois — pas toujours ! — se conquérir de haute lutte sur les esprits mauvais qui se mettent en travers pour nous en détourner. Les maîtres spirituels disent : si tu ne sens pas l'inspiration, ni aucune chaleur, ni aucun désir de prier, « fais comme si », persévère quand même. Pour nager il faut se jeter à l'eau. De même il faut se jeter dans la prière.

Sur la première page d'un *livre de prières* on lit : reste un moment en silence, puis prononce les paroles. Il faut d'abord mettre un peu d'ordre dans le chaos de notre âme avant de nous tourner vers Dieu.

De même, les litanies débutent par : « En paix, prions le Seigneur ». C'est une autre invite à apaiser les élans désordonnés du cœur, le bouillonnement des pensées, à s'établir dans la paix de Dieu qui n'est pas la paix que ce monde peut nous donner. La paix en question est étrangère à la quiétude piétiste et sentimentale, au repliement sur soi, à l'immobilité de l'âme. Elle doit toujours être ouverte à l'action, notamment au pardon que nous sommes appelés à demander avant de présenter notre offrande de prière, envers ceux qui nous affligent ou que nous pourrions avoir affligés. « Acquiers la paix intérieure et des foules d'hommes autour de toi seront sauvés » : cette paix est une action efficace, elle rayonne bien au-delà de celui qui en a reçu la grâce.

Le moment de la prière : matin — coupure(s) dans la journée — soir

Le matin on est un peu comme un explorateur qui s'apprête à entrer dans un pays inconnu et ignore les rencontres, heureuses ou terribles, qu'il va y faire. Il faut donc pacifier son cœur, le rendre attentif à toute éventualité, l'armer de patience et d'amour. Ceux qui ont des rendez-vous commenceront par ouvrir leur agenda et par prier pour les entrevues à venir. Il faut préparer notre foi à résister aux épreuves.

Les coupures, ne serait-ce que d'une ou deux minutes, permettent de tourner notre âme vers le Très-Haut, l'élever au-dessus de nos occupations aussi nécessaires soient-elles. Il est bon d'apaiser ainsi le « stress » de la journée, de prendre quelque distance des « soucis de ce monde ». Il y a des moments où nous sommes tendus dans le combat pour la vie, et d'autres où nous nous détendons dans un abandon confiant sous le

regard d'amour posé sur nous.

Le soir on peut rendre grâces pour cette journée passée, en faire un bilan rapide accompagné d'un examen de conscience où l'on demande pardon pour toutes les offenses commises ou subies. Il est bon aussi de confier à la miséricorde divine les vivants et les morts, avant d'entrer dans la nuit qui évoque un peu une image de la mort où nous perdons notre volonté consciente.

Essayons de nous pénétrer de l'état d'esprit qui peut être le nôtre : on ne prie pas indifféremment le matin, le soir, dans le temps de Noël ou celui de la Passion. Le calendrier des jours et des fêtes de l'année nous permet de nous associer spirituellement, d'adapter notre être intérieur à la prière de l'Eglise, à laquelle nous contribuons dans le secret de notre chambre. Dans ce sens on ne prie jamais seul, mais toujours en Eglise.

Il y a des moines qui ont reçu la grâce de la prière perpétuelle. Pour un chrétien plongé dans une vie citadine, le précepte évangélique de « prier sans cesse », plus qu'une activité d'oraison sera un état d'esprit, une existence menée dans le sentiment d'une présence aimante, fidèle. A une époque où les messieurs portaient un chapeau l'hiver, on demanda à un homme pourquoi il marchait tête nue : « C'est parce que je sens en permanence la présence du Christ à mes côtés ».

Le lieu de la prière

« Entre dans ta chambre, ferme la porte, et prie ton Père qui est là dans le lieu secret ; et ton Père qui voit dans le secret, te le rendra » (Mt 6,6). Cette chambre est à la fois une pièce particulière, à l'écart de la foule, du bruit, de l'agitation, et, symboliquement, le lieu du cœur, dans lequel on peut toujours se retirer même au milieu des trépидations de la vie moderne. Les conditions de vie dans les logements exigus peuvent rendre difficile l'établissement dans un endroit paisible, à l'écart de la télévision, des bavardages. Si le Père veut nous rencontrer, il saura nous faire trouver des « chambres secrètes » favorables.

« Vers le matin, pendant qu'il faisait encore très sombre, Jésus se leva, et sortit pour aller dans un lieu désert, où il pria » (Mc 1,35). Jésus nous a donné d'admirables exemples de prière : la « prière sacerdotale » (Jn 17), la prière dans la nuit d'angoisse à Gethsémani. En tant qu'homme Jésus éprouve le désir de prier, d'entrer chaque fois dans cette communauté d'amour qu'est la Trinité. Comme la chambre dans Matthieu, le désert ici est un lieu intériorisé de silence, de concentration, de communion de la terre avec le ciel. Il faut apprendre à faire silence, si nous « bavardons » sans cesse dans la prière, comment pourrions-nous « entendre » ce que Dieu veut nous dire ? Le bavardage dissipe, le silence recueille l'âme. « J'aime mieux dire cinq paroles avec intelligence que dix mille paroles en langue », dit saint Paul (I Co 14,19). Ce silence on peut très bien le garder au milieu de la foule, dans une salle d'attente de médecin, dans un bus ou une rame de métro : qui dit que les paroles d'intercession pour cet entourage n'iront pas consoler quelqu'un qui est malade, ou qui a été abandonné par un être aimé, ou qui est acculé au désespoir ?

Il n'est pas toujours nécessaire de faire de longues prières, la « prière de Jésus » en quelques mots peut être exaucée. Le pharisien aime s'étaler, faire de longues phrases ronflantes où il expose son ego envahissant avec ostentation. Le publicain se contente de répéter : « O Dieu, aie pitié de moi, pécheur ». Lui fut justifié. Il suffit au larron sur la croix de dire : « Souviens-toi de moi, quand tu viendras dans ton royaume », pour recevoir, lui le premier, la promesse du salut. L'un et l'autre ont su dire l'essentiel, en peu de mots, dans la condition de vie qui était la leur, en y mettant tout leur cœur, dans un abandon total à la volonté divine.

L'importance du corps

L'orthodoxie prend bien soin d'éviter toute dissociation entre la chair et l'esprit, le charnel et le spirituel. La dépréciation du corporel au profit de l'esprit seul remonte à Platon, passe par Descartes, le jansénisme, le puritanisme. En assumant un corps d'homme Dieu lui-même nous montre que la chair n'a en elle-même rien de méprisable, sans elle l'esprit ne pourrait pas s'épanouir, elle est une aide et une collaboratrice de la prière.

En se mettant en état de prière, il faut veiller à détendre le corps, à ce qu'aucun muscle ne soit crispé. La moindre crispation musculaire peut avoir des répercussions dans la crispation de l'esprit. Les orthodoxes aiment prier debout, dans une attitude de vénération face au transcendant (Parousie). Il va de soi que l'on peut fort bien prier assis, ce sera peut-être une attitude d'écoute ; à genoux, dans un moment de supplication ; ou même allongé, par exemple pour ceux qui sont fatigués ou malades. Saint Paul en prison priait allongé avec des chaînes aux pieds, et le larron dans la posture d'un crucifié. On ne prie pas dans le même état d'esprit lorsqu'on a une rage de dents ou lorsqu'on vient de recevoir une nouvelle joyeuse ! Dans la prière nous devons rester en éveil, dans une disponibilité d'esprit, et prendre garde que la détente et l'immobilité n'inclinent à la torpeur et au sommeil.

A intervalles répétés nous aimons faire un signe de croix, et par là invoquer la Sainte Trinité. Le geste ne doit jamais être machinal, mais ample et paisible. C'est un signe de bénédiction. Une mère aimera le faire sur son enfant qui dort, et invoquer la présence de son ange gardien. Nous nous bénissons les uns les autres lorsque, après être restés un instant en silence, nous nous disposons à partir en voyage.

Saint Ignace (Briantchaninoff) écrit : « Le corps lui-même se tourne vers la prière. Les sens corporels restent inactifs : les yeux regardent et ils ne voient pas, les oreilles entendent et en même temps elles n'entendent pas. Alors l'homme tout entier est saisi par la prière, mais ses mains, ses pieds et ses doigts participent d'une manière réelle et perceptible à la prière et sont remplis d'une force que la parole humaine ne saurait expliquer ». Alors se produit l'union de l'intellect, de l'âme et du corps.

La prière comme combat

Un combat contre les pensées, sentiments, désirs, soucis, souvenirs, attentes, relations avec le prochain, bref le film intérieur, signe d'un inconscient en constante activité, même pendant le sommeil où il se projette dans les rêves. En littérature on le nomme le courant de conscience, que certains romanciers modernes ont tenté de capter à l'aide d'une technique d'écriture. Les agrégats psychiques peuvent nous submerger lors d'une forte tension, colère, épreuve, perte d'un être aimé, ou au contraire en période d'exaltation, de joie débordante. Le combat de la prière ne consiste pas à supprimer ce travail de l'inconscient, c'est impossible, mais à le calmer, à le canaliser en l'orientant sur un plan supérieur, celui de la relation à Dieu. Cet art est difficile, et exige parfois, comme dit saint Jean Climaque, de « broyer les pensées ». Nous vivons sous l'influence de nos pensées : si elles sont tristes, voire morbides, marquées par le péché, notre être intérieur s'assombriera, se déprimera. Dans le cas contraire, lorsque les pensées s'imprègnent de la douceur de Dieu, de la force de l'humilité, elles seront sources de lumière pour l'âme. Pour pacifier ce bouillonnement, certains n'hésitent pas à faire retraite dans un monastère et y recevoir peut-être une parole pacifiante de la part d'un starets.

La lutte contre les pensées consiste à concentrer paisiblement l'attention sur les mots, sans rien attendre en retour, sans provoquer en soi un quelconque état psychique. Si l'attention s'évade, il faut la ramener à son point de départ et ne pas

hésiter à répéter une prière deux, trois fois, dix fois s'il le faut, jusqu'à ce que l'esprit de celui qui prie reste maître du terrain.

Dans un fort courant de la spiritualité occidentale, notamment celui issu de saint Ignace de Loyola, on préconise de visualiser mentalement des scènes, des personnages de l'Évangile, de les mettre en mouvement. En Orient, à la suite notamment d'Évagre le Pontique, on préconise de faire le vide intérieur, de ne rien se représenter : « Aspirant à voir la face du Père qui est aux cieux, ne cherche pour rien au monde à percevoir une forme ou une figure au temps de l'oraison ». Cette divergence pourrait s'expliquer par la différence des tempéraments. L'occidental à l'esprit davantage rationnel et tourné vers les réalités concrètes de ce monde aurait besoin d'être stimulé pour entrer dans le domaine des réalités spirituelles ; à l'inverse, l'oriental aurait une propension trop grande à évoluer dans ses visions intérieures dont il faudrait plutôt freiner l'exubérance.

Quoiqu'il en soit il faut avant tout éviter les automatismes dans la prière, les mots dits machinalement, parfois en pensant à autre chose. Nous ne devons rien attendre de la prière, aucune chaleur particulière, car tout vient de la grâce de Dieu, et en même temps nous ne devrions pas sortir de l'état de prière sans avoir le sentiment que quelque chose s'est passé, qu'une rencontre a eu lieu, qu'une vibration s'est produite. Pour saint Jean Climaque on sort de la prière comme d'une « fournaise ardente ».

Le rôle du cœur

Le cœur, organe à la fois physique et métaphysique, est le centre vital de la personne, le lieu de la rencontre avec Dieu. Dostoïevski écrit que Dieu et Satan se livrent un combat dans le cœur de l'homme. Le Christ dit que « du cœur proviennent les intentions mauvaises, meurtres, adultères, inconduites, vols, faux témoignages, injures » (Mt 15,19) : voilà ce qui rend l'homme impur. Du cœur également sortent les pensées bonnes, la générosité, la foi, l'amour...

Évitons d'opposer le cœur et la raison, même si Pascal, profond philosophe, semble humilier la raison quand il affirme que la révélation du divin s'opère dans le cœur : « Dieu sensible au cœur ». Méfions-nous de ne jamais tourner la prière en un exercice intellectuel. Le combat de la prière c'est de faire passer ce cœur de pierre qui est le nôtre en un cœur de chair (Ez 36,26). Dieu alors pourra frapper à la porte du cœur, et si on lui ouvre, il entrera et soupera avec son hôte.

Au cœur est lié le don des larmes. Pleurer n'est pas obligatoirement un acte de faiblesse ! « Dieu ne dédaigne pas un cœur brisé et contrit » (Ps 51). Les larmes en question n'ont rien de sentimental, elles jaillissent grâce à une prise de conscience de l'étendue de son péché face à la grandeur compatissante, à l'infinie miséricorde de Dieu. Dans le psaume 6, David avoue qu'« il mouille sa couche de larmes, jour et nuit ». Saint Jean Chrysostome affirme que « les larmes peuvent éteindre le feu de la géhenne ».

Autour du cœur se construit l'unité de la personne. À l'époque moderne celle-ci est souvent décentrée, happée par les images publicitaires, la télévision, le walkman, la musique continue des supermarchés, une certaine fébrilité propre à l'époque. La prière est une recherche du lieu de son cœur, du moi profond, et dans ce sens elle est une quête, une action. Il y a quelques années un navigateur célèbre, héros de la mer adulé par les foules, enrichi par les prix de ses exploits, allait gagner une course au long cours ; le public s'amasse sur le port pour lui faire ovation, quand brusquement il disparaît après avoir dirigé son bateau sur une île lointaine. L'infini du ciel et de l'océan lui avaient ouvert les abîmes non moins infinis de son cœur, qui lui paraissaient tellement préférables à la vie superficielle qui l'attendait.

« Disons tous de toute notre âme et de tout notre cœur, disons... » Cette prière litanique nous invite à ouvrir notre cœur pour y laisser pénétrer la Parole. C'est dans les profondeurs du moi que descend la prière. Le biographe de saint Honorat, fondateur du monastère de Lérins, écrit qu'il priait beaucoup, ce qui le rendait toujours joyeux et lui procurait un sommeil paisible.

D'après les paroles du Christ, le cœur est le siège des pensées mauvaises, mais il peut aussi être celui des pensées bonnes : « Le cœur produit de son fond les pensées bonnes et celles qui ne le sont pas ; car il a contracté, à la suite du premier égarement, l'habitude de se souvenir du mal » (Diadoque de Photicé). Le cœur est ainsi érigé en organe central de la connaissance, puisque c'est de son fond que les hommes tirent leurs pensées. Siège de la connaissance, le cœur est aussi siège de l'intelligence, comme l'enseigne la Bible. Cette idée fut reprise, développée par les hésychastes, par Pascal, par les penseurs slavophiles en Russie. Tous sont sensibles au rôle moteur joué par le cœur dans la production des pensées, et à la nécessité de le purifier par la prière pour vivre de pensées saines.

Dans la vie courante, l'homme a laissé s'atrophier les merveilleuses richesses du cœur, pour consacrer toutes les énergies de son intellect aux activités de la vie. Ces activités (vie professionnelle, sports, politique, arts, etc.) sont plus immédiatement accessibles, le monde visible, concret, s'impose avec évidence. De l'autre côté notre Dieu est un Dieu caché. Le monde post-industriel où nous vivons est rationalisé, fier de ses techniques qui ont fait de tels bonds en avant, il est viril et se veut efficace. Mais il lui manque les qualités féminines de la douceur, de la tendresse, de l'intuition, qui sont les premières qualités du cœur. Il s'est produit une dissociation tragique entre le cœur et la raison. S'appuyer sur le cœur uniquement — c'est la foi du charbonnier non éclairée par la raison —, est non moins déraisonnable que de se fier uniquement aux possibilités de la raison en niant les puissances secrètes du cœur, comme le montre l'exemple de ceux qui ont renoncé à une vie riche et brillante pour « amasser des trésors dans le ciel ».

Que Ta volonté soit faite

C'est une des paroles de la prière les plus difficiles à cerner, à appliquer. Le pronom « Notre » devant « Père » montre que nous nous adressons à lui avec les autres, au sein d'une communauté. En nous tournant vers lui nous pouvons sentir en lui la source de tout amour, compassion, bienveillance, et nous comprenons que nous ne pouvons prononcer le mot de « Père » que si toute haine, violence, jalousie ont été abolies en nous. On ne prie le Père qu'en Christ, c'est lui qui nous a montré le Père et nous conduit vers lui. Et par le Saint-Esprit nous est donnée la force de prononcer le nom au-dessus de tout nom, celui du Seigneur. Tous les deux, le Christ et le Saint-Esprit nous mènent ainsi vers le Père.

Lorsque nous sentons que la volonté de Dieu se fait effectivement en nous, un sentiment d'harmonie et d'équilibre s'empare de nous. Nous avons tous besoin en effet d'être reconnus et en un sens justifiés. Mais il se pose un problème : si nous nous justifions nous-mêmes, n'agissons-nous pas comme le pharisien, si fier de son bon droit ? Or si nous ne nous sentons aucunement justifiés, ne risquons-nous pas de tomber dans la tristesse, voire la dépression ou l'acédie ? Il est bon parfois de prendre conseil auprès de son confesseur pour garder un bon équilibre.

Comment cerner la volonté de Dieu ? Comment m'assurer que c'est bien elle que je fais dans ma vie ? Voici trois essais de réponses, parmi d'autres.

1 — Suivre les préceptes de l'Evangile, enracinés dans la Loi que le Christ est venu accomplir, non abolir. Nous devons nous efforcer de mettre en pratique les paroles du Christ dans la condition de vie qui est la nôtre. Parfois nous nous demanderons : que

ferait-il à ma place ? C'est en lui que les préceptes trouvent leur réalisation parfaite. N'oublions pas que la prière se prolonge, se nourrit d'une méditation, qui doit être régulière, des Evangiles, dont les mots viennent se graver dans notre mémoire. Il ne faut pas confondre la prière, qui est plus une manière de se tenir devant Dieu pour être en relation avec lui, avec la méditation, qui relève plus d'un exercice intellectuel où la mémoire et les associations d'idées sont mobilisées.

2 — L'action de l'Esprit Saint. De même que les disciples à la Pentecôte furent transformés, rendus capables de comprendre le sens des paroles et des actions du Sauveur pour les porter jusqu'aux extrémités du monde, de même nous devons nous laisser guider, illuminer intérieurement par cet Esprit qui nous a été donné pour nous « enseigner toutes choses ». Sa voix, toujours discrète, parle au plus intime de nous-mêmes. Chacun a reçu à son baptême le même feu de l'Esprit mais en tant que flamme personnelle, elle éclaire la route qui est la sienne et qu'il est le seul à suivre. Pour éviter de tomber dans l'illusion, cette révélation intérieure doit être vérifiée, authentifiée à l'aide des enseignements de l'Ecriture.

3 — La volonté de Dieu dans ma vie s'exprime à travers mon vécu, les situations où je me trouve placé. Une situation peut être pénible, mais je peux toujours y faire face pourvu que j'y mette le maximum que Dieu attend de moi. Chaque événement peut être accepté comme exprimant la volonté de Dieu sur moi à l'heure où il se déroule. Quel est le moment le plus important de ma vie, se demande le métropolitite Antoine, et il répond : celui que je vis à la minute présente ; le lieu ?, là où je me tiens ; la personne ?, celle qui est là devant moi ; l'action ?, celle dans laquelle je suis présentement engagé. On peut ainsi parler d'un « sacrement du moment présent », de ce moment où Dieu se manifeste pour nous conduire au Royaume.

Seules avec elles-mêmes, certaines personnes s'ennuient, et il n'est pas étonnant que les autres s'ennuient en leur compagnie. Lorsqu'on se trouve près d'un spirituel pacifié qui vit sans cesse dans la présence de Dieu, on ne s'ennuie jamais. Parfois il suffit d'être près de lui sans dire mot, dans un silence rempli d'une présence.

Le Christ a passé par les difficultés de la mise en œuvre de la volonté du Père : « Eloigne de moi cette coupe », puis il se reprend vite : « Non ma volonté, mais que Ta volonté soit faite ! ». Ici encore le Christ est le maître de notre prière, capable de surmonter la plus profonde dérélition par un acte de foi.

La prière dans la vie

De nombreux textes nous invitent à introduire la prière dans notre vie, et pas seulement dans les moments qui lui sont réservés. « Priez sans cesse », dit saint Paul (I Th 5,17). On sait que cette injonction marquera le point de départ du pèlerin russe sur les routes. La parabole de la veuve importune et du juge commence ainsi : « Jésus leur adressa une parabole, pour leur montrer qu'il faut toujours prier, et ne point se relâcher » (Lc 18,1). Et dans le Cantique des Cantiques on lit : « Je dors, mais mon cœur veille » (5,2), où l'on voit que la prière, descendue dans l'inconscient, continue à agir. Des moniales entouraient le lit d'une de leurs sœurs tout juste sortie du bloc opératoire, et l'entendirent balbutier les mots de la prière de Jésus en sortant progressivement du sommeil provoqué par l'anesthésie.

L'introduction de la prière dans la vie entraîne la suppression des « temps morts », de la nécessité de « tuer le temps » (quelles horribles expressions !) : faire sa toilette, marcher dans la rue, être bloqué dans un embouteillage, s'adonner à des activités mécaniques sans tension intellectuelle. Il est toujours possible de tourner son visage vers Dieu, d'élever sa pensée vers lui.

Parfois le découragement nous saisit, la prière est hérissée de difficultés, le temps

manque (même cinq minutes ?), on est déçu de soi-même, et faute de contact intime avec Dieu on ne fait pas de progrès dans la vie spirituelle. Il y a pourtant deux principes corrélatifs :

- on a toujours le temps de prier, ce qui manque c'est le vouloir ;
- plus on prie, plus on a du temps.

Lorsque Dostoïevski fut condamné à mort, il se disait : il me reste cinq minutes à vivre, à quoi vais-je les occuper ? Et il ajoutait : si je suis libéré, oh ! alors je ne perdrai pas une seconde de cette vie qui m'est tellement précieuse. Si les temps morts qui encombrant notre existence disparaissaient, nous serions d'autant plus vivants.

La concentration sur la prière freine la propension à l'éparpillement, à la distraction, à la dispersion de la pensée qui est une source de fatigue. Nous renâclons devant l'effort, et trouvons des alibis : tu sais, Seigneur, j'ai une lettre à écrire, une course urgente à faire, ou bien, j'ai un très bon roman à terminer avant de m'endormir, je suis fatigué, je n'ai pas le temps de te parler...

Comment introduire la prière dans les activités de mon existence ? Peut-on faire deux choses à la fois ? Certains Pères du désert s'adonnaient à d'humbles travaux manuels, comme la vannerie, qui occupent les mains, canalisent les énergies et laissent le cerveau disponible pour vaquer à la prière. Or certaines tâches minutieuses exigent une totale présence d'esprit. Dans le cas du comptable qui aligne des chiffres, de l'étudiant qui révise ou du médecin en train d'ausculter un malade, la prière, toujours présente, prend d'autres formes. Saint Théophane le dit : « Les mains au travail, l'intellect et le cœur avec Dieu ». Dans les *Récits d'un pèlerin russe* on raconte comment un architecte avait reçu l'ordre de dessiner les plans du palais du roi en étant assis sur les marches du trône, dans la proximité de l'auguste présence. L'humble cordonnier d'Alexandrie, tous les jours penché sur son établi, ne pouvait que répéter : Seigneur, sauve les habitants de cette ville, moi seul mérite d'aller en enfer. Sa prière était accueillie par Dieu plus favorablement que celle de saint Antoine venu le visiter. Frère Laurent de la Résurrection, un carme du XVII^e siècle, disait prier avec plus d'aisance en-dehors de l'Eglise, et se sentait davantage « uni à Dieu dans ses activités ordinaires que dans les exercices religieux », par exemple quand il cuisait sa petite omelette !

« Ce n'est pas assez de posséder la prière, nous devons devenir prière incarnée. Ce n'est pas assez d'avoir des temps de prière : chaque acte, chaque geste, même un sourire, doit devenir un hymne d'adoration, une offrande, une prière. Nous devons offrir non ce que nous avons, mais ce que nous sommes » (Paul Evdokimov, *Sacrement de l'amour*).

Directeur de la publication : Michel EVDOKIMOV

Abonnement annuel

Rédaction : Jean TCHÉKAN

SOP mensuel

SOP + Suppléments

Réalisation : Serge TCHÉKAN
Olga VICTOROFF

France 210 F
Autres Pays 240 F

430 F
550 F

Commission paritaire : 56935

c.c.p. : 21 016 76 L Paris

ISSN 0338-2478

Tiré par nos soins

Tarifs PAR AVION sur demande
