



## FOIRE AUX QUESTIONS :

### «Comment faire oraison ? »

#### CHOIX DES CONDITIONS FAVORABLES

JESUS aimait se retirer la nuit dans le silence de la montagne pour prier (Mc I, 35). Entraînés par son exemple, tous les maîtres spirituels ont repéré que, pour se préparer à une rencontre quelque peu profonde avec Dieu, il fallait mettre beaucoup de **silence** dans sa vie.

#### PREPARATION

La *préparation lointaine* est importante : je ne dois pas m'étonner d'avoir beaucoup de mal à prier, si je ne fais pas l'effort de rejoindre souvent Dieu dans le fond de mon cœur durant le reste de la journée ou si je ne suis pas suffisamment fidèle aux inspirations de son Esprit. L'oraison doit aussi être précédée et préparée par des lectures spirituelles régulières.

La *préparation prochaine* permet de faire la transition d'une activité fiévreuse à l'oraison. Essayons de baisser le rideau de notre magasin de souvenirs ! Disons, avec saint François de Sales : « *Avant de prier, il faut dire de tout votre cœur et à votre cœur : ô mon cœur, mon cœur, Dieu, vraiment, est ici !* » (Introduction à la vie dévote II, 2)

La *préparation immédiate* consiste, dès le départ de ma prière, à établir le contact entre notre moi le plus intime et le Toi divin : 'Tu es là, Seigneur ! moi aussi ! Je viens uniquement pour te donner la joie de me redire une nouvelle fois ton amour et de me transformer un peu plus à ton image.'

#### DIALOGUE

Saint Ignace de Loyola disait, à propos de la prière, qu'elle est comme : « *Un ami qui parle à un ami et qui sait se taire pour l'écouter.* » Dans cette rencontre, il est évident que Dieu joue le rôle essentiel : Il est déjà là quand je me mets à prier ; Il m'attend ! Et c'est Lui qui agit en moi pour me 'recueillir' en Lui. Ma collaboration est tantôt d'écouter, tantôt de répondre, tantôt de me tenir en silence près de Lui.

#### CONCLUSION

Il est important de **ne pas bâcler** son oraison, en la terminant avant l'heure prévue. Puisqu'il faut du temps pour que Dieu puisse nous pétrir, **revenons à une pensée**, un verset de la Bible pour **rejoindre le Seigneur** plus facilement au long de notre journée et parvenir à une **prière continue**. **Présentons à Dieu le travail** que nous allons faire. **Ne jugeons jamais notre oraison**, ce qui compte n'est pas l'impression de paix ou d'aridité, mais l'action de Dieu dans les profondeurs de notre être, le 'cœur nouveau' qu'Il nous a donné. **L'essentiel est de se livrer tout entier à l'action mystérieuse de Celui qui est toujours présent au fond de notre cœur.**

#### COMBAT DE L'ORAISON

Ne nous imaginons pas qu'il suffise de bien suivre tous les conseils précédents pour ne plus avoir de difficultés à prier. A la suite de l'Evangile qui revient souvent sur la nécessité de durer dans la prière, de ressembler à celui qui tambourine à la porte de son voisin jusqu'au moment où il obtient satisfaction, les grands maîtres spirituels ont tous insisté sur la nécessité absolue et sur la difficulté de la **persévérance** : en un sens, elle est l'effort essentiel à accomplir et à reprendre sans cesse.

Père Pierre Descouvemont  
*Guide des chemins de la prière – Ed. Cerf 2004*