

## Discerner avec Étienne Garin.

### Discernement et prière personnelle

"**Priez sans cesse**" nous conseille Paul en I Thess.V,v.17.

Tout fils de Dieu est,de fait,appelé à prier à tout moment car, à tout instant,sa vie ne saurait qu'être louange,glorification de Dieu.

"**Soit que vous mangiez,soit que vous buviez,quoi que vous fassiez,faites tout pour la gloire de Dieu**" dit encore Paul en 1Cor.X,31.

Beaucoup diront: « Mon travail,voilà ma prière! ».

N'empêche que l'homme éprouve le besoin de se retrouver de temps à autre dans une relation plus personnelle avec son Seigneur.

Par un acte conscient et libre,il se libère de toutes ses activités préoccupations,réflexions ou sentiments pour être tout à Dieu.

Il se rend volontairement disponible et consacre un temps à son Seigneur,qui voudrait être un tête-à-tête,un face-à-face.Ce sont ces moments privilégiés de la relation avec le Seigneur que nous appelons prière personnelle.

Au fur et à mesure que notre intimité avec le Seigneur se développe nous découvrons,peu à peu,combien Il nous est proche.

Dieu habite réellement en nous et nous nous sentons en l'intime de notre cœur créés en permanence par un amour qui fait de nous des vivants.C'est là la trame même de notre vie,son tissu réel, au-delà des apparences sensibles ou psychologiques.Dieu ne cesse de communiquer sa vie à notre âme qui semble inspirer le souffle divin en permanence.Si ce souffle disparaissait ou si nous refusions de l'inspirer,nous nous étioierions très vite,nous étoufferions, nous mourions spirituellement.Alors,plus l'âme découvre consciemment en elle cette présence et cette action divine plus elle se sent appelée à l'accueillir,à se tourner vers la source,à entrer en relation avec elle et à rendre ,en retour,un souffle d'amour rempli de gratitude pour l'amour créateur de Dieu.La présence de son Esprit en nous suscite un mouvement de tout l'être qui remercie, qui loue,qui aime Celui qui l'appelle ainsi à la Vie,

C'est pourquoi Ignace nous dit que l'homme est fait pour louer.

Il ne s'agit pas là d'un devoir,d'une tâche mais bien de la véritable nature de l'être humain qui ne peut devenir le fils de Dieu qu'il est qu'en se livrant toujours plus à la prière,qu'en ouvrant son cœur à l'échange d'amour entre Dieu et lui et,par là, il sauve son âme et devient vraiment le fils que Dieu a voulu.Ce fils respire incessamment le souffle divin.Sa respiration, reconnaissons-le,est le plus souvent ,difficile,maladroite;et c'est peut-être pourquoi les temps de prière sont des exercices de cette respiration.Nous essayons,durant ces temps de prière,de nous laisser imprégner du souffle de l'Esprit.Nous l'inspirons doucement pour l'expirer dans une louange et un amour profond de Notre-Seigneur.

Les temps de prière sont donc ces moments privilégiés plus conscients et plus volontairement décidés durant lesquels nous vivons notre relation au Seigneur.

Prier,c'est rencontrer le Seigneur dans la Foi,l'Espérance et l'Amour;c'est monter sur la Montagne comme Moïse,pour la Rencontre et laisser au pied de la Montagne les gens,les troupeaux,les choses;c'est arriver seul,démuni mais dans la foi et l'espérance;c'est répondre avec amour à l'invitation du Seigneur et entrer dans la Tente de Réunion,le lieu spirituel de sa Présence.

Que cette Présence se fasse sensible ou non,que l'intelligence trouve ou non une satisfaction,peu importe!

La prière est toujours un acte de liberté qui me met en route pour rencontrer le Saigneur.

Prier,c'est aussi se laisser saisir par Dieu.

Dans la prière nous nous tenons sans barrières devant Dieu. C'est Lui qui prend possession de nous car nous lui appartenons.

Devant les autres,nous sommes dans notre condition humaine d'obscurité et nous sommes incapables d'être la totalement pour eux;mais devant Dieu,sa Lumière s'empare de mon obscurité,son Amour s'empare de mon être de désir,sa miséricorde dissout mon péché.

Prier,c'est se tenir devant Dieu entièrement remis à Lui.C'est la prière de Jésus à son Père,une remise totale à sa Volonté.

Prier,c'est se laisser saisir par Dieu,et c'est pourquoi c'est la plus simple des choses.

Prier,c'est essentiellement accueillir la Parole de Dieu.

Or,nous ne savons pas vivre en relation avec le Seigneur.Nous ne savons pas respirer l'Esprit-Saint ni l'expirer dans une vraie louange.Nous avons à l'apprendre en accueillant les mots de l'Écriture et en écoutant Jésus Lui-même nous dire quelle est la vraie relation de l'homme avec son Seigneur. St Jean de la Croix écrit:"Le Père céleste .a dit une seule Parole c'est son Fils." Il l'a dite éternellement dans un éternel silence. C'est dans le silence de l'âme qu'elle se fait entendre.Le silence de la prière,c'est l'attention à cette Parole.Selon la Tradition Biblique,l'homme est l'être à qui Dieu adresse la Parole au point qu'exister c'est s'entendre adresser cette Parole,l'accueillir afin que l'Esprit lui donne de la vivre.L'homme est fait pour cette écoute et ce dialogue avec son Dieu qui a pris langage d'homme, dans l'écriture;et cette Parole est créatrice.L'accueillir,c'est entrer dans la vie qui ne passe pas.L'accueillir,c'est vivre,selon nos limites,la relation du Verbe avec le Père.Lorsque les mots de l'Écriture sont vivifiés par l'Esprit au lieu-même de sa présence alors ils nous permettent de vivre cette relation que les disciples, dans l'admiration,voyaient le Christ Jésus vivre avec son Père.

Et donc,prier c'est rencontrer Dieu d'abord pour l'écouter car mes paroles ou mes discours dresserai un écran derrière lequel je pourrais me cacher de Dieu et établir en sécurité mon estime de moi;or,Dieu me connaît dans mon fond.

Prier,c'est d'abord écouter le Père qui me parle en son Fils et recevoir de l'Esprit la réponse d'amour à Lui donner.Je ne puis donner cette réponse que si je suis d'abord à l'écoute.

"Écouter":Ce verbe en grec a 2 composée qui signifient "exaucer" et "obéir".

Dieu nous écoute,et il nous exauce.

Nous l'écoutons,et nous Lui obéissons.

Nous gardons la Parole pour la vivre.Si Jésus ouvre les oreilles des sourds,c'est pour symboliser cette action de Dieu qui éveille l'oreille comme le disait Isaïe au ch.50,v.4 et 5: « ,**Tous les matins Il éveille mon oreille pour que je l'écoute comme un disciple**".

Prier,c'est laisser.le Seigneur nous tourner vers Lui pour que son désir entre par notre oreille dans notre cœur .

Ne soyons pas surpris qu'il y ait une multitude de manières de prier,de vivre, cette respiration d'Esprit qui nous tourne vers le Père dans le Christ.-

Les formes de prière que la Tradition nous a transmises transmises sont nombreuses.Citons-en quelques-unes:

La méditation où l'on rumine une Parole du Seigneur; la contemplation où l'on regarde avec les yeux de la Foi les scènes évangéliques;

l'adoration durant laquelle l'homme se prosterne devant son Dieu; l'action de grâces qui est remerciement devant le Seigneur pour tous les dons reçus;

la louange,émerveillement devant Ce qu'est le Dieu Trinité -Père, Fils,Esprit- tourné vers sa créature;

la prière d'intercession;la prière de demande;la prière de supplication;

la prière de compassion,etc.etc.

Nos prières seront soit spontanées,inventées,murmurées...mais souvent récitées ; humblement,nous prenons les mots que nous transmet l'Église pour réciter le chapelet ou murmurer la prière de Jésus,ou invoquer tous les Saints en longue litanie,ou encore redire inlassablement les psaumes,ce grand cri de l'humanité s'élevant vers le Ciel.

Mais si les modalités multiples de la prière ont leur importance elles n'en sont pas l'essentiel.

L'essentiel,c'est la relation elle-même :une relation avec mon Seigneur,dans la Foi,l'Espérance et l'Amour.Or,la relation est toujours spécifiée pour 2 raisons:

D'abord,le Dieu que nous connaissons est Trinité.Il est Père, Fils,Esprit.

La relation du priant peut,selon les moments,être d'avantage vécue avec le Père,avec le Fils ou avec l'Esprit.

L'interlocuteur du priant doit être accueilli tel qu'il se présente et donc, le 1er aspect qui spécifie la relation est la personne avec laquelle je m'adresse.

Le 2ème aspect qui spécifie la relation dans la prière, c'est sa nature même: La prière a son évolution qui est celle de notre histoire sainte; même si son développement en spirale nous fait passer plus haut ou plus bas, il est bon de discerner les mouvements qui nous font repérer les étapes comme celles de l'Exode du Peuple de Dieu: étapes de purification et de libération, voie purgative, sortie de la Captivité d'Égypte;

étapes de Ruminantion, l'alliance avec le Seigneur dans le désert;  
étapes d'union, l'entrée dans la Terre Promise.

La prière qui est une relation de purification est souvent celle des débutants.

Bouleversé par l'amour du Père pour son fils prodigue, l'homme pécheur et pardonné repasse dans la prière ses refus d'amour et ses résistances. Contemplant le Christ Jésus en Croix, il le supplie de le purifier, de le libérer de tout ce qui pourrait fausser ou entraver sa relation avec son Seigneur.

La prière est-elle une relation d'élimination? Est-elle une lumière que le Seigneur me donne sur Lui-même puisqu'il est la Lumière du monde, et que cette Lumière est Vie comme le dit St Jean? C'est alors que la prière est d'avantage connaissance du Christ. L'homme réconcilié, debout, en marche à la suite du Christ, le contemple dans les Mystères de sa vie pour se conformer à ses attitudes, prendre ses goûts, ses sentiments, ses pensées. Le Christ devient la Lumière de sa vie.

Le priant en est-il à la 3ème étape de la prière, une relation unitive? Alors, il ne regarde plus le Christ du dehors mais sa Parole l'habite du dedans et l'Esprit, de l'intérieur, le conforme au Christ. Un jour, il pourra dire comme Paul aux Galates. III, 20:

**"Ce n'est plus moi qui vis mais le Christ qui vit en moi".**

Le Christ aime en lui, prie en lui et le rend vraiment fils du Père

Il n'y a plus de distance entre l'oraison et l'action. Le priant qui s'est vraiment laissé saisir par le Christ vit la prière comme l'étreinte amoureuse de son Seigneur qui peut le conduire, comme le montre Thérèse d'Avila, jusqu'à un simple regard d'amour.

Nous pouvons maintenant comprendre pourquoi le discernement est si nécessaire dans la prière personnelle. Il s'agit, en effet, que notre prière ne soit pas celle que je voudrais vivre, comme si je pouvais imposer au Seigneur la relation qui me plaît, qui me ferait plaisir. Il s'agit que notre prière soit celle que le Seigneur me propose. C'est le Seigneur qui a l'initiative car la prière est, avant tout, l'œuvre du Seigneur et non pas la mienne.

C'est à l'Esprit de me la proposer, de la spécifier, de la vivifier et moi, petite créature qui se fait disponible, je n'ai qu'à accueillir le don de cette relation, le souffle de l'Esprit qui se fait prière en moi.

J'aurai donc, pour pouvoir accueillir la prière que m'offre le Seigneur, à discerner, grâce aux motions de l'Esprit que je percevrai en moi, tout d'abord le contenu de ma relation. Vais-je m'adresser au Père, au Fils, à l'Esprit? Laquelle des personnes trinitaires se présente à moi, les autres restant comme en retrait pour me laisser en cœur en cœur avec Celle qui s'est offerte? Vais-je vivre une prière de purification, d'illumination ou d'union? Est-ce moi qui vais le choisir? Non. Ce ne peut être que l'Esprit qui va me permettre de vivre une union intime au Seigneur ou qui va me proposer d'être illuminé ou, au contraire, me poussera à vivre une rude purification.

A quoi me servirait-il de choisir autre chose que le don que le Seigneur me propose aujourd'hui? Ce n'est donc pas moi qui aurai à décider du contenu de la relation. J'aurai toujours, simplement, à accueillir le don de cette relation telle que l'Esprit me la proposera.

Par contre, il me reviendra d'avantage de choisir la forme de cette relation, la modalité de la prière: Vais-je contempler? Méditer? Réciter un psaume?

Revenons au contenu qui est l'essentiel de la prière. Si j'ai à laisser à l'Esprit l'initiative, j'aurai à accueillir ses motions pour les adopter, pour qu'elles deviennent miennes, et ce n'est pas toujours facile !

La prière est ce combat où nous oscillons toujours entre la conquête et l'accueil; conquête et possession de la relation que j'ai tendance à diriger ou bien accueil du don de l'Esprit. C'est en acceptant de lâcher prise que Jacob reçut la bénédiction dans ce combat nocturne et mystérieux

qu'il engagea contre l'Ange : "**Je ne te lâcherai pas que Tu ne m'aies béni**". Pour que vienne la bénédiction, il faut que la lutte laisse place à l'accueil de l'Esprit ainsi, dans la prière, se poursuit ce combat de la vie spirituelle.

Il s'agit sans cesse de repérer l'Ennemi et de distinguer les signes de l'Esprit pour prendre le chemin qui nous conduit à cette Terre Sainte de l'union au Seigneur. Il faudra aussi parfois refuser le formalisme pour risquer, dans la relation qui est toujours neuve, l'invention de l'amour. Cet accueil du don de l'Esprit sera généralement l'accueil du don de la paix, du repos, de l'amour.

Prier, c'est s'abandonner au Seigneur, se laisser aimer par Lui et, à tout moment, se laisser conduire par l'Esprit-Saint.

Il est vrai que, dans la prière, la relation à Dieu qui nous est offerte est parfois toute de repos. Dans notre cœur, nous accueillons de nous laisser totalement faire, de nous laisser en quelque sorte porter, façonner par Dieu, sans que nous intervenions autrement que pour lui exprimer notre gratitude paisible, notre totale disponibilité. Nous sommes tout livrés à sa présence agissante et nous ne nous préoccupons de rien. Nous reposons dans la confiance, une confiance telle que nous ne cherchons même pas à savoir ce que Dieu fait en nous.

Parfois, ce repos est comme celui d'un enfant dans les bras de sa mère; nous nous laissons alors envelopper de sa tendresse, de sa protection qui est un baume sur nos blessures et une nourriture qui fortifie notre confiance en Lui. Ou bien, ce repos prend les formes d'une intimité avec le Christ comme celle qu'ont pu connaître les disciples à certains moments: "**Que craindrai-je? Tu as les Paroles de la Vie Éternelle !**"... et je me sens ton ami. Ou encore, ce repos accueille en nous la Vie de l'Esprit qui vient déployer, dans le secret notre être profond. Nous nous contentons de nous laisser broder, façonner, attentifs seulement à ne pas troubler son action.

Reconnaissons que notre prière a souvent du mal à accueillir les désirs du Seigneur. Le plus souvent, nous sommes prisonniers de nos petites idées sur ce que devrait être notre prière. Nous lui imposons des formes: L'un déclare qu'il ne veut que contempler et, comme l'Esprit ne lui donne pas la grâce de la contemplation à ce moment, le voici qui passe des heures à s'énerver devant son incapacité, son impossibilité de contempler. De fait, la contemplation ne saurait être que don gratuit de l'Esprit.

Un autre s'efforce de réciter dizaines de chapelet après dizaine de chapelet, exaspéré par la monotonie de cette prière, alors que l'Esprit l'invite de toute évidence à une adoration toute simple, silencieuse qui le fatiguerait tellement moins !

Tel autre s'oblige à rester à genoux devant le Seigneur, se débattant devant les difficultés de son corps à garder cette position et s'étonnant qu'il n'arrive pas à goûter la tendresse de Dieu, alors que sans doute le Seigneur lui dit: "Mais installe-toi assieds-toi près de moi confortablement et je te causerai au cœur"

Le discernement est important aussi bien avant, que pendant, qu'après la prière.

Avant de commencer à prier, il est bon de discerner et, tout d'abord, de repérer en moi les mouvements qui m'invitent, me poussent à prier, quel est ce désir qui m'habite soudain de prier. Souvent, nous nous sentons pris par le regret de n'avoir pas une relation suffisante avec le Seigneur. En effet, notre expérience de prière nous a appris tout le bien que nous tirions de cette relation et nous a donné soif d'aimer Dieu d'avantage, de nous livrer à Lui; mais la vie quotidienne nous reprend; notre regard est attiré par mille soucis et se détourne de Dieu; notre vigilance diminue et, bien sûr, notre capacité d'aimer ne se déploie pas autant que nous le désirerions; alors parfois nous nous arrêtons et nous regrettons de nous être détournés de la Source nous aspirons à nous retrouver en présence du Seigneur pour nous nourrir à nouveau de cette relation. Il est bon de sentir que dans ce regret de ne pas prier assez il y a un appel à la prière.

D'autres fois, c'est directement que je sens en moi un désir du cœur, une poussée intérieure qui m'entraîne vers le Seigneur. C'est le cri du psalmiste au psaume 62: "**Dieu, c'est Toi mon Dieu que je désire dès l'aube; mon âme a soif de Toi**". Cet élan d'amour vient de l'Esprit qui désire en moi. Parfois, dans le sentiment d'un vide intérieur, d'une action superficielle, j'ai l'espérance que Dieu peut combler ce vide, vivifier cette action et l'Esprit me fait espérer en cette action du Seigneur à travers la prière.

"Où, Seigneur, fait-moi connaître la route qu'il faut prendre quand mon désir se porte vers Toi". Ps.42.

Où, dans la foi, j'ai la certitude que nous sommes faits pour Dieu, et, comme le dit St Augustin, "qu'en Lui seul nous pourrions trouver notre repos".

Reconnaissons que ce qui nous pousse à prier n'est pas toujours forcément une motion de la qualité de celle dont nous venons de parler.

Parfois, il faudra reconnaître que ce qui nous pousse à prier c'est la jalousie : Je n'accepte pas de ne pas vivre une relation avec le Seigneur telle que je vois telle personne près de moi la vivre. Je suis simplement jaloux et je voudrais être aussi comblé que cette personne selon les schémas que je me représente.

Alors peut-être le Seigneur ne me demande-t-il pas du tout de passer 2 heures comme elle, en oraison.

Où bien, il peut y avoir une volonté de perfection, de sainteté par mes propres forces : me mouler sur une image de sainteté que je me suis fabriquée (la vie monastique, c'est si beau ! Alors, je voudrais être chez moi comme un moine, une moniale !) mais cela ne manifesterait-il pas une volonté de puissance, d'auto-divinisation très orgueilleuse ?

Il peut aussi y avoir des désirs de prier qui sont simplement la fuite : Je fuis le devoir d'état. C'est tellement plus agréable de demeurer devant le Seigneur, oubliant tout le reste, que d'être à ma table de travail ou de faire la cuisine !

Le désir de prier peut aussi camoufler une tentative de mettre la main sur Dieu pour obtenir ce que je veux. Combien de prières ne se passent-elles pas à dire à Dieu ce qu'il devrait faire ?

Avant de prier, j'ai donc toujours à discerner quelle est la qualité du désir qui me pousse à prier.

Est-il vraiment saint ? Et, s'il l'est, il est aussi bon que j'essaie de discerner si ce désir a pour origine directement l'Esprit-Saint ou s'il passe par l'une quelconque des médiations possibles qui le porterait jusqu'à moi.

Il y a des motions immédiates de l'Esprit dont je n'aurai jamais à me méfier et qui me pousseront toujours à vivre une prière vraiment donnée par Dieu.

Ainsi, quelqu'un peut être brusquement réveillé au milieu de la nuit et se retrouver, presque sans l'avoir voulu, à genoux devant son crucifix, brûlant d'amour pour son Seigneur.

Motion sans cause. Immédiateté de Dieu, n'en doutons pas.

Mais d'autres motions peuvent venir par des médiateurs ; elles nous sont transmises par des messagers :

J'ai lu, toute la soirée, un livre sur Ste Thérèse d'Avila et, du coup, je m'éveille la nuit, habité par un profond désir de prier comme elle.

Médiation aussi que celui d'un chant qui m'entraîne et me fait désirer rester devant le Seigneur longtemps.

Motions qui viennent de saints messagers mais peut-être aussi de messagers inquiétants, de messagers qui ne viennent pas de chez Dieu.

Des amis peuvent ainsi m'entraîner à vivre un week-end de prière dans un monastère qui va m'arracher à mon devoir d'état, aux obligations de mon travail, ou à l'affection que j'aurai bien à accorder à mes enfants ou à mon conjoint. Est-ce que c'est vraiment bon pour moi ? Ces amis, par ce désir qu'ils me communiquent d'aller prier avec eux, ne m'entraînent-ils pas sur un chemin qui n'est sûrement pas celui de Dieu bien qu'il soit appelé prière ?

Une fois que j'ai ainsi bien acquis la conviction que c'était l'Esprit qui me demandait de me mettre en prière aujourd'hui comme je l'ai décidé, je vais avoir à lutter contre tous les mouvements qui, en moi, vont essayer d'entraver mon désir de prier.

Pour cela, j'ai à nouveau à discerner, encore à discerner, à reconnaître que ces freins, ces entraves ne sont pas du Seigneur.

Un des freins auquel je peux me trouver confronter, c'est, tout simplement, la paresse. Je sens bien en moi un désir de prier mais je me dis : "Rien ne presse ! Le Seigneur attendra ! Il est patient ! Et puis... il y a une émission tellement intéressante à la télévision !" ; ou bien, je me dis :

"J'ai eu une journée de travail un peu fatigante, alors je peux bien m'accorder du repos ! Je prierai

demain!".

Parfois, la paresse s'installe au sein même d'une relation très confiante avec le Seigneur; je me sens tellement abandonné à Lui que je me contente de goûter la paix qui m'habite dans ma vie quotidienne, et je m'endors un peu dans cette confiance, et je ne prie plus activement; je me contente de savoir qu'il est là, mais sans chercher à Le rencontrer vraiment.

Bien souvent, si le bon Esprit met en mon cœur le désir de prier, le mauvais esprit me présente toute une série d'activités plus urgentes les unes que les autres. C'est ce que remarque d'ailleurs Guardini: "Le désir de prier est immédiatement suivi d'une représentation de travaux aussi importants les uns que les autres, et cela d'autant plus que ces activités sont souvent pour le Seigneur Lui-même". La tentation se fait alors insidieuse et, souvent, l'activisme l'emporte. Ajoutons l'engluement dans le sensible: A chaque instant, ma sensibilité est sollicitée et m'empêche d'être disponible à Dieu.

Je goûte la présence d'un ami ou j'éprouve le plaisir de faire un travail qui me plaît. Comment me désengluier pour m'offrir à cette relation à Dieu parfois si dépouillée et si pauvre? J'aurai à reconnaître que cet engluement est à vaincre.

D'autres fois, ce seront des idées, des pensées qui vont m'assaillir pour dévaloriser la prière: "C'est du sentiment de prier" ou bien: "C'est intéressant! Tu veux obtenir quelque chose du Seigneur!".

Toute notre intelligence peut être infestée par l'Esprit du monde qui nous fait toujours repousser à plus tard la prière.

Une autre opinion assez répandue, et qui sert souvent à justifier l'activisme, c'est que la seule façon de vraiment prier c'est d'agir concrètement pour la construction du Royaume le reste est un peu du luxe" dit-on alors; "prendre de longs temps avec le Seigneur," n'est-ce pas une fuite des réalités du monde, voire un narcissisme un peu suspect?... Et l'on oppose action et contemplation comme si cette dernière n'était pas la source obligée d'un agir vraiment chrétien. Sans la rencontre personnelle avec Dieu, notre action n'est pas greffée sur la Vigne; elle perd sa sève de charité et se transforme en un volontarisme stérile ou se pervertit en volonté de puissance et auto-satisfaction.

Un autre frein très efficace: le scepticisme sur ma capacité de prier.

"Je ne suis pas capable d'entrer en relation avec Dieu! Je n'ai rien à lui dire! Je ne veux pas le déranger! Comment s'intéresserait-il à moi?"

Parlons aussi du refus de me tourner vers Dieu en me décentrant de moi: "Je préfère rester centré sur mes petits intérêts, mon petit égoïsme, mon petit royaume".

Parmi les mouvements qui entravent notre désir de prier, il y a la peur: Peur de ne pas entendre Dieu, de ne pas le sentir, de ne pas Le reconnaître dans la prière et, plutôt que d'affronter cette peur, je fuis en renonçant à prier; mais c'est surtout la peur du silence et de la solitude. Une relation n'est vraie que dans la mesure où les personnes se rendent présentes l'une à l'autre par le cœur; or, Dieu habite au plus profond de notre cœur et nous avons de la difficulté à le rejoindre là car cela ne peut se faire que dans le silence et la solitude avec Lui.

Et l'on a trop parlé du silence de Dieu comme un thème à la mode. On a dit et redit faussement que Dieu se tait. C'est le silence de l'athéisme, car notre Dieu est vivant! le Père engendre sans cesse le Verbe, la Parole qui est lumière et Vie.

Nous avons de fausses images de Dieu qui prennent corps avec nos peurs et nos craintes. Si pour moi Dieu se tait, c'est que je ne l'écoute pas et -si je me sens seul, c'est bien parce que je reste à la périphérie de mon être.

Ce qui freine mon désir de prier, c'est aussi la peur d'être un peu bousculé, d'avoir à me remettre en question, de me désinstaller; peur à moitié consciente de cette révolution qui se produirait si la Parole de Dieu allait éclater jusques dans les fondements de mon être.

C'est aussi la peur des exigences de Dieu: Que va-t'Il me demander? Nous l'imaginons parfois selon l'idée que se fait de son maître le mauvais intendant de la Parole: un juge exigeant et sévère et non point un Père plein d'amour.

Il y a aussi la peur que la prière dévoile en moi ce que je tiens à garder caché mon péché.

Derrière ces peurs, sont toujours tapies de fausses images de Dieu qui les entretiennent.

Une fois que j'ai bien discerné que c'était bien le Seigneur qui m'invitait à prier, une fois que j'ai



discerné les freins prêts à entraver mon désir de prier et que je les ai vaincus ,j'ai encore à faire un discernement pour préparer les choix opportuns et nécessaires afin de rendre possible ma prière et,humblement,mon discernement me poussera à faire les choix du plus facile;le plus facile pour que ma relation avec le Seigneur soit vivante.

Faire le choix du plus facile,du plus humble,exige que je commence par spécifier les meilleures conditions pour moi aujourd'hui afin d'être disponible à cette relation à laquelle l'Esprit m'invite.

Ces meilleures conditions vont être celles du lieu le meilleur, de la durée de notre prière,de la position de notre corps,du moment opportun pour que ma prière se vive aisément.

le lieu de la prière, le mouvement de l'Esprit me porte généralement vers le lieu où l'on n'est pas vu des autres,selon se que dit Jésus:"Quand tu veux prier, entre dans ta chambre"(Mat.VI,6).

Si Jésus me fait cette invitation à aller dans la chambre la plus retirée,c'est parce que là je suis moi-même.

l'Esprit me poussera toujours à entrer dans le lieu de la vérité de la relation:non seulement vérité de moi-même,mais vérité de Celui devant qui je me tiens.

l'Esprit me poussera à trouver ce lieu spirituel de la prière;or,ce lieu,c'est le coeur. J'aurai donc à être attentif aux mouvements de l'Esprit qui me poussent vers ce lieu-là:lieu plus profond que ma mémoire,ma sensibilité,mon intelligence,bref mes facultés.

Ce lieu est la racine de mon être,le siège de ma liberté,la source de mes relations ; mais comment descendre jusques là? l'Esprit peut m'aider à retrouver le chemin de mon cœur qui est parfois fermé et ténébreux.la route peut sembler difficile certains jours,la porte fermée à clef...Parfois,je pressens la poussée de l'Esprit;de l'intérieur,Il m'invite à creuser le lieu de la Présence, et cela se fera en creusant mon désir de Dieu.

Le lieu physique approprié est secondaire mais il a,cependant,son importance.Dans le métro,les magasins,la cuisine et les embouteillages, je peux rendre grâce au Seigneur mais,humblement,je reconnaitrai que j'ai,comme Moïse,à ôter mes sandales pour trouver ma petite Terre Sainte:coin de chambre,tapis de prière,oratoire...où je laisserai à la porte tout ce qui m'empêcherait de vivre la rupture nécessaire pour me rendre présent à sa Présence, comme Jésus;

**"Le matin avant le jour,Jésus se rendit dans un lieu solitaire"**et, comme dit Marc au ch.I,25, « **là,Il priait**".

La durée.

Chacun peut être aussi amené à réfléchir à sentir quelle est la durée qui lui convient le mieux selon les jours,les moments de la semaine.Cela pourra être pour certains une heure,pour d'autres,ce peut être 2 fois 1/4d'h. Chacun doit trouver ce qui l'aidera le mieux à prier.

Beaucoup diront qu'ils n'ont pas le temps de prier,qu'ils sont surmenés.Reconnaissons humblement que c'est difficile car nous remplissons nos journées de quantité d'activités ou d'occupations telles qu'on peut dire:"Le temps,c'est de l'argent".C'est,en effet, un bien dont nous nous rendons propriétaire.Nos agendas sont surchargés,nos journées épuisantes,et la vie devient une course de vitesse dont le rythme ,comme une certaine musique moderne- abîme le système nerveux.Or,le temps est un don que Dieu nous fait pour nous recevoir de Lui et croître dans l'action de grâce,et cela ne nous est guère possible dans l'agitation et l'énerverment.St François de Salles disait que la précipitation est la mère de tous les vices.C'est vrai car nous avons à faire de l'éternité avec le temps.Et comment le pourrions-nous si nous vidons le temps de sa valeur spirituelle?

Le temps est le lieu de la rencontre.Le Seigneur,qui se tient à la porte et frappe,peut nous dire souvent Marthe,**Marthe ! Tu te soucies et tu t'agites pour bien de choses! Une seule est nécessaire!**".

Quand tout presse,cet unique nécessaire presse plus que tout.

Quand on écoute l'Esprit et qu'on discerne son désir,alors on trouve toujours le temps pour l'essentiel:notre respiration dans le Seigneur.

Sans discernement,il y a bien des chances pour qu'on ne trouve jamais le temps.

La position du corps.

On cherchera celle qui conviendra le mieux au type de prière que l'on se sent appelé à vivre.Ignace,d'ailleurs,nous y invite lorsqu'il écrit dans la 4ème addition,n°76:

"Commencer la contemplation tantôt à genoux,tantôt prosterné à terre, tantôt étendu le visage vers le ciel,tantôt assis,tantôt debout, visant toujours à chercher ce que je veux.Si c'est à genoux que je trouve ce que je veux,je m'en tiendrai là; si c'est prosterné, de même .

**Rien ici qui pousse à martyriser son corps !** Au contraire ! Ignace nous invite à lui donner une place telle qu'au lieu de s'opposer à notre union à Dieu il y collabore selon sa part.

Le moment de la prière.

Le choix du moment est important. Il s'agit de discerner, devant mes désirs, mes élans, mes possibilités ou mes refus, le moment où je suis appelé à me nourrir de façon plus consistante de la Parole de Dieu, le moment où le Seigneur frappe et dit : "**J'entrerai chez lui pour souper, moi près de lui et lui près de moi**".

Certaines personnes ont beaucoup de mal, par ex. à se réveiller le matin; pourtant, elles se précipitent à genoux et, mal réveillées, essaient tant bien que mal de prier parce que c'est une tradition.

Par contre, si elles priaient le soir, elles seraient sans doute plus consolées !

A chacun de tenir compte de ce qu'il est (Tempérament, possibilités physiques et psychologiques) pour que les conditions de sa prière soient des meilleures possibles.

Les psaumes nous invitent à rythmer par la prière le temps que Dieu nous donne. Dans les psaumes 4 et 5, le psalmiste a trouvé son rythme personnel : "**Au matin, Tu écoutes ma voix; dès le matin, je me tiens près pour Toi et je reste en éveil; en toute paix je me couche et m'endors car Tu me fais vivre, Seigneur, dans Ta seule confiance**".

Le discernement préliminaire m'aide donc ainsi à choisir les meilleures conditions pour que ma prière soit aisée, pour que je sois vraiment disponible à la relation que m'offrira l'Esprit-Saint; mais, dans l'immédiat, j'aurai aussi à discerner ce qui conviendra comme type de prière en fonction de mon état actuel.

Oui, j'ai à tenir compte de cet état. Par ex., si je suis fatigué, il me sera impossible de faire une méditation un peu vivante; avec humilité, je choisirai plutôt de prier mon chapelet ou de vivre une simple présence devant le Seigneur.

Si je suis rempli de soucis qui me tourmentent, pourquoi ne pas choisir une prière de supplication et d'intercession qui montera très spontanément de mes profondeurs?

Si je suis préoccupé, je m'accrocherai à un passage de l'Écriture qui fixera en Dieu mes facultés.

Si je me sens brûlant du désir de rencontrer le Seigneur, de l'aimer, pour quoi m'encombrer d'un texte, alors que le Seigneur, de façon si claire, me pousse à le contempler dans l'Évangile ou, simplement, à rester uni à Lui dans son amour?

Assez souvent, il m'arrive de rencontrer des personnes qui en sont restées à un type de méditation très organisée et dont la prière n'a pu descendre au niveau du cœur; cela, parce qu'on leur a dit jadis qu'il fallait structurer leur prière en vivant tel type de méditation puisqu'elles n'avaient pas le charisme de la contemplation, à cette époque-là. Combien de fois on les retrouve desséchées car leur esprit ne peut plus vivre ce mode de prière, alors qu'elles continuent à s'y accrocher il suffit souvent de leur dire: Mais : laissez tout tomber! Restez devant le Seigneur! pour qu'elles découvrent, à leur propre stupéfaction, qu'elles étaient habitées d'un don de simple communion avec Dieu, au-delà de tout sentiment et de toute parole, manifestant clairement qu'une prière unitive leur était donnée»

Ayant fait ces discernements qui m'ont conduit aux choix nécessaires pour "quitter le port", tel un bateau je vais pouvoir aller vers le large.

Le cap ayant été fixé, ayant déterminé quel chemin je vais prendre, quel mode de prière j'ai choisi, à quel souffle je vais m'abandonner, vers quelle personne trinitaire je me sens appelé, ma prière va pouvoir se déployer sous le souffle de l'Esprit.

Mais ce discernement va se poursuivre tout au long de cette prière; le bateau lancé aura, à chaque instant, à vérifier son cap, à réorienter sa route en fonction des souffles qui vont le déporter ou des courants qui le dévieront de sa route ou, au contraire, qui l'entraîneront bien plus avant vers le grand large. Il s'agit d'accueillir, tout au long de la prière, chaque souffle des esprits, de discerner les mouvements qui m'habitent.

Si nous sommes venus à la prière, c'est bien pour accueillir l'Esprit du Christ qui se manifeste en nous par des motions.

Il s'agit avant tout de reconnaître celles-ci pour les accueillir.

Ce n'est pas toujours facile parce que nous éprouvons beaucoup de mouvements intérieurs en même temps et que la voix de l'Esprit-Saint est parfois couverte par notre cacophonie intérieure. Le niveau de notre écoute n'est pas toujours très profond!

IL nous faudra donc aiguïser notre attention pour sentir en nous les mouvements qui nous attirent d'avantage vers Dieu, et sentir parmi ceux-ci ceux qui nous paraissent issus de l'Esprit-Saint. Il y faut beaucoup de souplesse! Il faut éviter, en particulier, de se mettre à réfléchir au lieu de sentir, de se



poser des questions sans fin sur le pourquoi ou le comment de nos mouvements intérieurs. Il s'agira de toujours maintenir l'élan de notre désir orienté vers l'écoute de l'Esprit-Saint qui veut parler à notre cœur.

Cela suppose de la lenteur car, dans la rapidité, on ne sent rien ou on ne sent pas assez. C'est aussi dans la lenteur que le mouvement de l'Esprit, une fois bien senti, pourra être pleinement goûté, accueilli, et qu'on en cueillera le fruit. Alors seulement, on pourra y répondre de la façon la plus ajustée possible et suivre l'Esprit là où Il nous entraîne, selon un itinéraire qui n'est pas forcément celui qu'on avait prévu.

Accueillir les mouvements de l'Esprit, c'est le mettre au gouvernail de notre bateau.

Ignace, dans sa seconde Annotation n°2, s'adresse à celui qui veut contempler:

"Ce n'est pas d'en savoir beaucoup qui satisfait et rassasie l'âme mais de sentir et goûter les choses intérieurement". Si bien qu'au n°76 il précise:

"Au point où je trouverai ce que je veux, je me reposerai sans être avide d'aller plus avant jusqu'à ce que je me trouve rassasié".

C'est tout un art de goûter et sentir ce que l'Esprit donne, et ceci ne peut se faire que si je perçois ces motions gustatives, olfactives, visuelles, auditives qui font que la relation au Seigneur est perçue, reconnue, vraiment vivante.

**"Demeurez en moi"** dit Jésus dans l'Évangile de Jean; **"si vous écoutez ma Parole, nous viendrons à vous et nous ferons chez nous notre demeure"**.

Discerner pendant la prière, c'est reconnaître à tout instant comment se manifeste la présence du Père, du Fils et de l'Esprit en nous; mais accueillir les mouvements de l'Esprit implique que l'on reconnaisse aussi ce qui ne vient pas de Lui.

Il est essentiel, au cours de la prière, d'être vigilant pour ne pas laisser entrer en soi des pensées, des sentiments qui nous entraîneraient, avec l'imagination, à nous retrouver au bout d'une 1/2 h. ou 3/4 h. bien loin de la présence du Seigneur. Et cependant, c'est inévitable; les distractions peuvent nous envahir; des idées se présentent à nous, nous entraînant tout ailleurs que devant le Seigneur des souvenirs parasitent ma prière. J'ai non seulement à reconnaître ces distractions mais aussi à les transformer en humble offrande, en intercession, en supplication, bref à les transformer en prière.

Nous sommes comme des nourrissons qui apprenons à regarder notre mère; Il nous faut du temps pour apprendre à fixer notre regard qui se détourne sans cesse; alors, prenons-nous avec douceur et avec patience lorsque nous sommes envahis de distractions et remettons-les au Seigneur.

Demandons à l'Esprit Saint de veiller pour nous à la garde de notre cœur.

Nous avons, non seulement à veiller, mais bien souvent aussi à nous engager dans un combat qui consiste à laisser à l'Esprit reconquérir toute la terre sainte de notre cœur, et donc à en chasser toutes les passions étrangères car tout ce qui m'occupe et m'accapare habituellement continue fatalement de me captiver, prend le temps de la prière; des images, des idées surgissent qui entraînent, selon le cas, de la tristesse, de l'inquiétude ou tout autre sentiment; mon imagination est encombrée de désirs, de préoccupations qui m'empêchent de trouver la paix intérieure. Le temps de la prière peut me permettre de discerner d'où viennent ces pensées et ces sentiments afin de faire un tri et de voir sur quel point engager ou poursuivre le combat spirituel.

Ces distractions seront l'occasion de voir si ce qui m'habite alors vient de Dieu, de l'esprit du mal ou simplement de moi-même.

La prière est ainsi le lieu privilégié du discernement.

Il s'agit aussi de reconnaître les pièges dans lesquels nous tombons ou bien que nous frôlons :

Je constate, par exemple, que je me regarde au lieu de regarder le Seigneur, que je cherche dans la prière des consolations sensibles, que j'utilise la prière comme un temps de repos... Je sais que je suis tombé de quelque façon dans un piège pour avoir été ainsi ramené vers moi au lieu de demeurer dans le Seigneur.

Ainsi, c'est à tout moment qu'à partir de ces motions j'ai à discerner dans la prière les souffles qui animent le voilier que je suis, ou les courants qui viennent de mes profondeurs et qui font dériver ma barque là où elle n'a pas à aller.

C'est à tout instant que j'ai à prendre librement, consciemment des décisions pour réorienter ma

barque, pour être fidèle au chemin déjà parcouru, aux décisions déjà prises aussi bien dans la forme de la prière que dans son contenu mais sans en être esclave. Si je commence par méditer un texte, décidé à vivre une vraie méditation, et si, à un moment ou à un autre, il m'est donné de goûter, comme Pierre devant son filet rempli de poissons, une adoration du Seigneur, je n'ai plus qu'à adorer, à accueillir l'évolution de ma prière selon le désir de l'Esprit. Mais attention! cette souplesse ne doit pas devenir instabilité, fantaisie, inconséquence. A chacun de garder la route tout en la laissant se modifier selon ces motions de l'Esprit, ces coups de vents divers qui exigent discernement et décision.

Faute de discernement, beaucoup vivent leur prière comme si leur barque n'avait pas de voile; ils préfèrent ramer en fournissant un effort épuisant plutôt que de tendre leur voile pour profiter de la puissance du vent, ignorance de l'art de la navigation à voile ou peur des sautes imprévisibles des vents? Peu importe! Celui qui préfère les rames ne courra pas le risque de chavirer mais il ne goûtera sans doute guère le bonheur d'être emporté par le souffle divin.

Le discernement ne s'arrête pas avec la prière. Après la prière, il est bon encore de discerner. Effectivement, après la prière j'aurai à discerner pour reconnaître ce que l'Esprit m'a fait vivre : quelle relation, quels dons reçus. Est-ce que j'ai été purifié? Est-ce que j'ai été illuminé? Est-ce qu'il m'a été donné de goûter une certaine union avec le Père, le Fils ou l'Esprit?

Je pourrai, à partir de cette reconnaissance (fruit de mon discernement) rendre grâces, louer le Seigneur et ma prière imprégnera les heures qui suivront; mais j'aurai peut-être à reconnaître humblement devant le Seigneur que je me suis laissé dévier, et ce même discernement me permettra alors de reconnaître l'immense miséricorde du Seigneur qui vient me consoler en me promettant de m'aider à tirer profit de cette expérience.

Je pourrai enfin, par ce discernement après la prière, tirer profit de l'expérience que je viens de vivre pour repérer ce qui m'a le plus particulièrement réussi; si bien que ce sont toutes les prières à venir qui vont profiter de ce discernement.

Reconnaître que la position de mon corps m'a gêné ou aidé, reconnaître que j'ai accordé trop peu de temps au Seigneur ou, au contraire, que ma prière a été trop longue pour que mon cœur reste vraiment attentif, tout cela m'aidera à prendre les décisions qui vont permettre à cette relation privilégiée, consciente, libre face au Seigneur qu'est la prière, de s'insérer dans mes journées de façon opportune et harmonieuse comme un courant d'eau qui, au temps opportun, vient irriguer ma vie. Après la prière, j'aurai à discerner comment l'Esprit me pousse à incarner le don de Dieu dans ma vie quotidienne. Quelle que soit la forme de la prière j'ai, d'une façon ou l'autre, à poser cette question: "Seigneur, comment veux-tu qu'aujourd'hui je vive cette Parole que tu m'a faite entendre devant ces signes des temps que tu m'as montrés? Comment veux-tu que je collabore à ton action?" Devant le contraste insoutenable entre ton attitude et la mienne, Seigneur, comment veux-tu que je Te ressemble un peu plus? Que veux-Tu vivre en moi de ton Mystère? Et je serai attentif à la réponse de l'Esprit.

Quel est le rôle de l'accompagnateur qui écoute un priant?

Ne compliquons pas. Il est des plus simples. La présence priante et écoutante de l'accompagnateur aide l'accompagné à prendre conscience de la manière dont il a préparé sa prière, de ce qui s'y est passé .avant tout .Les mouvements de l'Esprit qu'il a ressentis et les mouvements provoqués par les souffles du monde-, de la manière dont il en tire profit. Avec l'accompagné il rendra grâces mais, tel Jean-Baptiste, il se tiendra à la porte et se réjouira de reconnaître la voix de l'époux.