

## Chapitre IV

# S'UNIR À LA PRIÈRE DU CHRIST

### 1. Laisser l'Esprit nous introduire dans la prière du Christ

Nous avons vu comment l'eucharistie est **le lieu privilégié pour unir notre prière à celle du Christ** que ce soit dans la participation à la messe ou dans l'adoration eucharistique. Unir notre prière à celle du Christ signifie entrer dans une **“dé-maîtrise” de notre prière** pour laisser le Christ nous introduire dans sa prière à lui, sa prière filiale, qui sur la Croix a obtenu notre salut<sup>1</sup>. Quand nous sommes devant le Saint Sacrement, n'ayons pas peur de **prier le Père lui-même tout en gardant les yeux fixés sur Jésus** : il nous entraîne dans sa prière. L'adoration eucharistique apparaît comme le lieu d'une “passivité” plus grande, une passivité qui requiert l'activité la plus haute, celle de l'ouverture de notre cœur, de notre consentement à l'amour divin dans l'humilité, la confiance et l'abandon. Il faut éviter toute tension, tout “vouloir prier” qui serait encore une prétention à vouloir prier par nous-mêmes. Le Christ est là réellement présent et c'est lui d'abord qui agit. **Rendons-nous présents à cette présence**<sup>2</sup> et laissons-la opérer en nous au-delà de tout ce que nous pouvons vouloir ou concevoir nous-mêmes<sup>3</sup>.

Dans cette perspective, l'art de prier consiste à **bien discerner ce qui dépend de nous et ce qui dépend de la grâce**. Il y a une passivité mauvaise qui fait que notre cœur reste en friche et que nous n'arrivons pas à “plonger”. En réalité, entrer dans la bonne passivité que le Christ attend de nous peut nécessiter tout un travail de désencombrement, de renoncement à toute forme de “vouloir faire”, qui doit être vécu lui-même avec beaucoup d'humilité, sans tension, sans inquiétude de ne pas y arriver dans la certitude que “seule la grâce peut nous préparer à recevoir les grâces de Dieu”<sup>4</sup>. Dans cette humble confiance en l'action prévenante de la grâce

---

<sup>1</sup> C'est ainsi qu'à propos des “dernières paroles du Christ sur la Croix” “jusqu'à ce “grand cri” où il expire en livrant son esprit”, le catéchisme dit : “Toutes les détresses de l'humanité de tous les temps, esclave du péché et de la mort, toutes les demandes et les intercessions de l'histoire du salut sont recueillies dans ce Cri du Verbe incarné” (CEC 2605-2606).

<sup>2</sup> N'oublions pas de commencer notre prière par cette mise en présence, qui, tout en étant essentiellement l'œuvre de l'Esprit Saint, requiert de notre part au moins le désir de sortir de nous-mêmes, de notre enfermement dans le mental.

<sup>3</sup> Une personne me demandait récemment : “Quand je suis devant le Saint Sacrement et que je n'ose plus bouger, que je suis inondée de lumière, que je voudrais que ce temps ne s'arrête pas, c'est quoi ? Est-ce que ça a un nom ?”

<sup>4</sup> Comme le dit l'Église dans la prière après la communion du mardi après l'Épiphanie : “Quand nous allons communier Seigneur, tu viens à notre rencontre ; produis en nos cœurs le fruit de ce sacrement, **car seule ta grâce peut nous préparer à recevoir tes grâces**”. Il y a un **piège redoutable** dans notre vie de prière, celui d'un **“vouloir s'abandonner”**, d'un “vouloir” laisser faire Dieu qui nous met sous tension et donc nous rend incapables d'entrer dans cet abandon que nous recherchons pourtant de toutes nos forces mais sans assez d'humilité, sans être encore suffisamment conscients qu’“il n'est pas

en nous, nous pourrions **passer de la tension à une légèreté et une détente qui favorisent l'action libre et insaisissable de l'Esprit**<sup>5</sup>.

En réalité, au-delà des efforts que nous pouvons faire pour nous rendre disponibles à l'action de l'Esprit, notre vie de prière va de pair avec tout un chemin de purification intérieure, de mort à nous-mêmes. On prie comme on vit et on vit comme on prie. "Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole, et **mon Père l'aimera et nous viendrons vers lui et nous nous ferons une demeure chez lui.**" (Jn 14, 23). "La grande tradition mystique de l'Église (...) montre comment la prière peut progresser, comme un véritable dialogue d'amour, au point de rendre la personne humaine totalement possédée par le Bien-Aimé divin, vibrant au contact de l'Esprit, filialement abandonné dans le cœur du Père"<sup>6</sup>. Si nous persévérons dans notre vie de prière et si nous acceptons les "**douloureuses purifications**"<sup>7</sup> nécessaires (traversées du désert, des nuits), Dieu nous introduira dans son intimité pour nous faire vivre d'une "vie toute cachée en Lui avec son Fils" (Col 3, 3) dans l'Esprit. Telle est "**l'union mystique**" à laquelle tous sont appelés et qui demande tout **un long chemin de purification des sens et de l'esprit.**

## 2. De la méditation à la contemplation

La prière est vie et cette vie véritable est une vie d'union à Dieu, la contemplation du visage du Père : "**La vie éternelle, c'est qu'ils te connaissent, toi, le seul véritable Dieu, et celui que tu as envoyé, Jésus Christ.**" (Jn 17, 3). Pour cela Dieu veut nous faire entrer dans la contemplation. **La méditation représente la part d'activité que nous pouvons offrir à Dieu** pour nous disposer à la grâce de la contemplation : "Vous faites bien de la regarder (la parole) comme une lampe qui brille dans un lieu obscur, jusqu'à ce que le jour commence à poindre et que l'astre du matin se lève dans vos cœurs" (2P 1, 19). La méditation n'est plus nécessaire ni même possible là où le Seigneur nous conduit sur le chemin d'une plus grande passivité, d'un plus grand abandon de nos facultés entre ses mains. De toute façon, la contemplation n'est jamais notre œuvre mais toujours celle de l'Esprit de Vérité en nous selon les promesses du Christ : "Quand il viendra, lui, l'Esprit de vérité, il vous introduira dans la vérité tout entière"

---

question de l'homme qui veut et qui agit mais de Dieu qui fait miséricorde" (Rm 9, 16). D'une manière analogue, il y a un "vouloir être saint" qui est plus gênant qu'autre chose. Ce que Dieu attend de nous, c'est **l'espérance** c'est-à-dire le désir humble et confiant en, l'action même de Dieu...

<sup>5</sup> Il ne faut pas négliger pour cela l'attitude du corps en la vivant non pas comme une technique qui nous donnerait prise sur la grâce mais comme une humble manière de favoriser la détente intérieure que Dieu attend de nous. C'est dans ce sens que "**l'attitude du corps peut favoriser la prière**" comme l'Église l'a reconnu au sujet des méthodes psychophysiques et corporelles issues des grandes religions orientales tout en rappelant avec force à propos que "**la manière de s'approcher de Dieu du chrétien ne se fonde sur aucune technique au sens strict du mot. Cela contredirait l'esprit d'enfance requis par l'Évangile.** La mystique chrétienne authentique n'a rien à voir avec la technique : elle est toujours un don de Dieu dont le bénéficiaire se sent indigne" (cf. *Quelques aspects de la méditation chrétienne*, lettre de la Congrégation pour la Doctrine de la foi aux évêques de l'Église catholique, le 15. 10. 1989).

<sup>6</sup> Jean-Paul II, *Novo millennio ineunte*, 33

<sup>7</sup> Selon l'expression utilisée par Jean-Paul II : "Il s'agit d'un chemin totalement soutenu par la grâce, qui requiert toutefois un fort engagement spirituel et qui connaît aussi de douloureuses purifications (la "nuit obscure")..." (*ibid.*)

## S'unir à la prière du Christ

(Jn 16, 13) Dieu peut donc au début nous demander de faire l'effort de méditer activement en mobilisant nos facultés cognitives, mais **il y a un moment où il faut savoir arrêter de méditer** pour laisser la place à l'action de l'Esprit lui-même<sup>8</sup>.

Il est bon ici de prendre conscience que **l'adoration eucharistique est le lieu privilégié pour passer d'une méditation active à une contemplation passive**. Dans l'hostie consacrée, Jésus s'offre à nous d'une manière si pauvre, si dépouillé de tout ce qui pourrait nourrir notre imagination ou susciter notre réflexion intellectuelle. Il nous invite à passer de la tête au cœur, à laisser se réveiller en nous le besoin "enfantin" d'une simple présence aimante. Dans l'exposition du saint sacrement, Jésus est là silencieux et il nous invite au silence. N'ayons pas peur d'**entrer dans le silence** pour en découvrir la valeur divine<sup>9</sup>.

### 3. Retourner au Gethsémani pour veiller une heure avec le Christ

Pour ce qui est de la sécheresse dans la prière, il ne faut pas tout de suite l'attribuer à des nuits purificatrices données par Dieu lui-même. Il est important de vérifier d'abord en passant éventuellement par le discernement d'un prêtre si cette sécheresse n'est pas due à une jouissance immodérée des biens de ce monde, à un état de tiédeur lié à un attachement à une personne ou à un projet qui empêcherait notre cœur d'être entièrement tourné vers Dieu. Il ne faut pas penser non plus que nous puissions jouir de Dieu sans faire preuve d'abord de fidélité d'où **l'importance de la persévérance dans ces états de sécheresse** : "Vous avez besoin de constance pour que, après avoir accompli la volonté de Dieu, vous bénéficiiez de la promesse" (Hb 10, 36). Considérons qu'ils sont pour nous **l'occasion de montrer à Dieu la vérité de notre amour**<sup>10</sup>. Au-delà de la dimension proprement purificatrice des sécheresses,

---

<sup>8</sup> C'est là qu'apparaît notamment la question du discernement de l'activité ou de la passivité que Dieu attend de nous. Beaucoup ont peur de lâcher la méditation active parce qu'ils ont l'impression de ne plus rien faire alors que se laisser-faire par Dieu est en réalité "l'activité" la plus haute de l'homme. Dans le sens inverse, certains, avides d'entrer tout de suite dans les profondeurs de la contemplation, sont tentés d'arrêter prématurément l'effort de la méditation. Ils risquent de s'enfermer dans une mauvaise passivité et de jouir d'un repos qui n'est pas le vrai repos en Dieu mais simplement le fruit d'une détente intérieure. Il peut être important d'en parler avec un maître spirituel pour discerner le moment de passer de la méditation à la contemplation.

<sup>9</sup> Comme l'a rappelé récemment Jean-Paul II dans sa lettre apostolique pour le XLième anniversaire de la constitution "*Sacrosanctum Concilium*" sur la Sainte Liturgie (n° 13) : "Un aspect qu'il faut cultiver avec une plus grande application au sein de nos communautés est l'expérience du silence. **Nous avons besoin de celui-ci "pour accueillir dans nos cœurs la pleine résonance de la voix de l'Esprit Saint, et pour unir plus étroitement la prière personnelle à la Parole de Dieu et à la voix publique de l'Église"** (cf. *Institutio generalis Liturgiae Horarum*, n. 213)" (O.R.L.F. N. 51-23 décembre 2003). Autrement dit, c'est dans le silence que notre prière peut être conformée à celle du Christ comme l'enseigne le catéchisme : "c'est dans ce silence, insupportable à l'homme "extérieur", (...) que l'Esprit filial nous fait participer à la prière de Jésus." (CEC 2717)

<sup>10</sup> "Pour qui s'engage sérieusement, il y aura toutefois des moments où il lui semblera errer dans un désert et, malgré ses efforts, ne sentir de Dieu. Il doit savoir que ces épreuves ne sont épargnées à aucun de ceux qui prennent la prière au sérieux. Il ne doit pas identifier immédiatement cette expérience, commune à tous les chrétiens qui prient, avec la "nuit obscure" de type mystique. De toute manière, pendant ces périodes, la prière qu'il s'efforcera de maintenir fermement pourra lui donner l'impression d'avoir un caractère "artificiel", bien qu'il s'agisse en réalité d'une chose tout à fait différente : elle est, en effet, justement alors, **expression de sa fidélité à Dieu, en la présence duquel il veut demeurer même lorsqu'il n'est récompensé par aucune consolation subjective**. Dans ces moments apparemment négatifs, devient manifeste ce que la personne qui prie cherche réellement : **si**

## S'unir à la prière du Christ

le Seigneur peut nous donner de communier dans notre prière au mystère de son agonie et de sa passion<sup>11</sup>.

C'est alors le moment d'unir notre prière à celle du Christ à Gethsémani : "Père, s'il est possible, que cette coupe passe loin de moi ! Cependant, non pas comme je veux, mais comme tu veux." (Mt 26, 39). C'est le moment d'"avoir la force de veiller une heure avec lui" pour **réparer l'abandon dans lequel on le laisse**<sup>12</sup>. Laissons Dieu éprouver notre foi, elle est "plus précieuse que l'or périssable que l'on vérifie par le feu" (cf. 1P 1, 7). Laissons-le nous conduire jusqu'à un abandon total. Notre prière deviendra alors **forte de la force de la Croix**. Loin de nous décourager, les épreuves doivent plutôt nous permettre de nous unir plus profondément au Christ et d'assurer ainsi la fécondité secrète de notre prière<sup>13</sup>.

---

**elle cherche réellement Dieu** qui la dépasse toujours dans son infinie liberté, **ou bien si elle se recherche elle-même**, sans réussir à dépasser ses propres "expériences", qu'elles lui apparaissent comme des "expériences" positives d'union à Dieu ou comme des "expériences" négatives de "vide" mystique. (Lettre de la Congrégation pour la Doctrine de la foi *Quelques aspects de la méditation chrétienne*, 30)

<sup>11</sup> "Elle (la sécheresse) fait partie de l'oraison où le cœur est sevré, sans goût pour les pensées, souvenirs et sentiments, même spirituels. C'est **le moment de la foi pure qui se tient fidèlement avec Jésus dans l'agonie et au tombeau**. "Le grain de blé, s'il meurt, porte beaucoup de fruit" (Jn 12, 24). Si la sécheresse est due au manque de racine, parce que la Parole est tombée sur le roc, le combat relève de la conversion." (CEC 2731)

<sup>12</sup> Au témoignage de son ami Tadeusz Styczen, Jean-Paul II "pratique, chaque jeudi, **cette dévotion que l'on appelle la "Consolation de Jésus", par laquelle il souhaite réparer l'abandon dans lequel on le laisse dans les églises qui sont vides**" (cf. *"Présentation de l'œuvre "Karol Woltyla, métaphysique de la personne"*, O.R.L.F. N. 46-18 novembre 2003). Il répond ainsi à la demande explicite du Christ à sainte Marguerite-Marie : "**Toutes les nuits du jeudi au vendredi, je te ferai participer à cette mortelle tristesse** que j'ai bien voulu sentir au jardin des Olives... Et pour m'accompagner dans cette humble prière que je présentais au Père, parmi toutes mes angoisses, **tu te lèveras entre onze heures et minuit**, pour te prosterner pendant une heure avec moi, la face contre terre, tant pour apaiser la divine colère en demandant miséricorde pour les pécheurs, que pour adoucir en quelques façons l'amertume que je sentais de l'abandon de mes Apôtres... et pendant cette heure, tu feras ce que je t'enseignerai..." Comme le Cardinal Karol Woltyla l'avait dit lors des Exercices spirituels prêchés en 1976 au Vatican : "**La prière du Gethsémani perdure encore. Face à chaque épreuve de l'homme et à chaque épreuve de l'Église, il faut retourner au Gethsémani, pour entreprendre cette participation à la prière du Christ Seigneur**" (Signe de contradiction, Milan, 1977, pp. 166-167)

<sup>13</sup> Rappelons-nous ce que disait Marthe Robin : "De toutes les formes d'apostolat, apostolat des œuvres, apostolat de la prière, apostolat de l'exemple, apostolat de la souffrance, rien ne vaut encore ce dernier, et **la prière comme les œuvres n'acquièrent leur fécondité que par le sacrifice. Rien n'a de valeur que par la Croix** et c'est sur la Croix que se consomme et s'achève la rencontre suprême de l'homme et de son Dieu dans l'unité."