

3. Mars 2024

ITINÉRAIRE DE CARÊME

Jour 19 : "Sur la prière"

Hier, nous avons parlé de l'importance d'un rythme régulier de prière. Si cela devient une norme pour nous, nous aurons aussi construit un refuge pour nous protéger des tentations du monde, qui veulent nous éloigner de l'essentiel et nous entraîner vers le superficiel.

La vie de prière est également orientée vers la croissance spirituelle. Cela signifie que la communion avec Dieu grandit et devient plus naturelle, plus familière et plus fructueuse. Mais il est nécessaire de faire notre part pour cultiver la vie de prière, en coopérant avec la grâce de Dieu. Souvent, la paresse est un obstacle, et parfois même des pensées erronées surgissent, remettant en question le sens de la prière et de la vie de prière.

Nous ne devons en aucun cas nous laisser emporter par de telles pensées. La prière est comme l'air spirituel que nous respirons, afin que la vie de la grâce puisse se déployer en nous. De même qu'au niveau physiologique, nous ne nous demandons pas si nous devons respirer ou non, mais nous le faisons simplement, il doit en être de même pour notre décision de prier : nous le faisons simplement.

Dans ce contexte, nous devons toutefois garder à l'esprit les paroles du Seigneur : *"Ce peuple m'honore des lèvres, mais son cœur est loin de moi"* (Mc 7,6). Cela signifie que notre prière ne doit pas revêtir un caractère mécanique ou même magique, mais que le cœur doit toujours être présent. Dans la prière, nous rencontrons notre Père bien-aimé, nous l'écoutons, nous lui parlons, nous répétons les paroles des Saintes Écritures....

Même si nous n'avons pas toujours des sentiments agréables et pieux, nous ne devons jamais négliger la prière. C'est justement lorsque nous avons des difficultés que nous pouvons montrer au Seigneur notre fidélité en consacrant du temps à la prière. Nous ne pouvons pas trop compter sur nos sentiments, qui sont si changeants, mais nous devons nous fier à la grâce de Dieu et à la décision de notre propre volonté.

En dehors des prières prescrites, il est toujours important de cultiver la prière personnelle, c'est-à-dire la prière dans laquelle nous ouvrons simplement notre cœur au Seigneur, nous lui parlons, nous l'écoutons et nous restons proches de lui.

Il est conseillé de trouver un équilibre entre les différentes formes de prière. Nous pouvons citer les suivantes :

-**La prière vocale**, qui comprend les prières prescrites et les nombreuses intentions que nous déposons devant le Seigneur.

-**La prière méditative**, qui comprend la méditation de l'Écriture Sainte et du Saint Rosaire avec l'intériorisation des mystères du salut.

-**La prière intérieure**, comme la prière du cœur, les prières jaculatoires ou l'invocation du Nom du Seigneur.

-**La prière liturgique**, qui comprend la participation à une Sainte Messe dignement célébrée, ainsi que la participation à certains offices de la Liturgie des Heures de l'Église : par exemple, les Laudes ou les Vêpres, ou d'autres plus courtes, comme la Tierce, la Sexte, la Nona, les Complies ou encore l'Office à Dieu le Père (<https://www.youtube.com/watch?v=M30xBHq-jZU>).

Certes, les personnes qui vivent dans le monde et y ont leurs devoirs ne peuvent pas avoir un rythme comme celui des moines, dont le style de vie est entièrement centré sur la prière, conformément à la maxime de saint Benoît : "Rien ne doit précéder la prière". Souvent - surtout si elles sont mères de famille nombreuse - elles devront offrir leur service au Seigneur en tant que "prière active". Et pourtant, il serait bon d'essayer de cultiver la prière intérieure, qui peut même continuer à résonner dans le cœur au milieu des différentes tâches. Cette prière du cœur consiste à répéter sans cesse une jaculation particulière : "Jésus, Fils de Dieu, prends pitié de moi pécheur". Avec le temps, elle peut devenir tellement intériorisée que l'Esprit Saint continue à la prier en nous, même si nous ne le faisons pas consciemment.

Tout le monde n'aura pas le temps de la pratiquer systématiquement. Mais on peut peut-être adopter l'essence de la prière du cœur et invoquer - ou même chanter - sans cesse le nom de Jésus dans son cœur.....

Entre-temps, nous sommes presque à mi-chemin de notre voyage de Carême, qui, soit dit en passant, couvrira un total de 39 jours, avant que nous n'entrons dans la Semaine Sainte.

Pour moi, il est important de mentionner à plusieurs reprises les différentes étapes de ce chemin, afin que nous intériorisons et suivions chacune de ces étapes. C'est pourquoi nous terminons la méditation d'aujourd'hui par un rappel des thèmes abordés jusqu'à présent :

-L'appel à la conversion.

-Le jeûne.

-Tout faire avec les yeux fixés sur le Seigneur.

-La sérénité dans l'adversité

-Le rejet des tentations au nom du Seigneur.

-Les œuvres de miséricorde.

-La Parole de Dieu.

-La pénitence.

-La purification du temple extérieur et intérieur.

-La lutte contre les vices : Ce sont l'orgueil, la gourmandise , la paresse (ou acédie), la luxure, l'avarice, la colère et l'envie

-Les vertus, à commencer par la force d'âme et la prudence.

-Un rythme de prière régulier.