

26. Août 2024

SÉRIE SUR LA VIE SPIRITUELLE

"La prière du cœur"

(Partie I)

Ceux qui souhaitent enrichir et intensifier leur vie de prière trouveront une pratique très précieuse dans la tradition de l'Église orientale : la "prière du cœur" ou "prière de Jésus".

Afin de ne pas donner lieu à des malentendus, il convient de préciser que cette forme de prière fait partie du riche trésor de l'Église universelle, même si elle est pratiquée principalement par les fidèles orthodoxes. Il ne s'agit en aucun cas d'une pratique étrangère dérivée des formes de méditation d'autres religions orientales, mais d'une pratique authentiquement chrétienne. Il est maintenant de plus en plus introduit dans l'Église catholique romaine également. En effet, la prière du cœur peut répondre de manière fructueuse à notre aspiration au silence et au recueillement.

Saint Paul nous exhorte à "prier sans défaillir" (1 Th 5, 17). En effet, la prière constante est un merveilleux moyen pour le cœur de se transformer sous l'influence de l'Esprit Saint ; c'est aussi une arme puissante contre les esprits du mal.

Les origines de la prière du cœur se trouvent dans l'Écriture Sainte et sont liées à ce que nous connaissons sous le nom d'"oraisons jaculatoires". Les Juifs pratiquants, par exemple, répétaient aussi fréquemment le Shema Israël (Écoute, ô Israël).

Entre le III^e et le VI^e siècle, les moines égyptiens ont systématisé cette forme de prière, parvenant également à une formule classique, après de nombreuses formulations précédentes. Cette formule classique est : *"Jésus, Fils du Dieu vivant, prends pitié de moi pécheur"*.

Cette prière a un contenu merveilleux et est essentiellement trinitaire. C'est ce qu'écrit le métropolite Serafim Joanta :

"La prière de Jésus est aussi une profession de foi trinitaire. En elle, nous confessons Jésus comme le Fils de Dieu et le vrai Dieu ; nous confessons aussi Dieu le Père comme le Père de

Notre Seigneur Jésus-Christ ; et, bien qu'indirectement, nous confessons aussi le Saint-Esprit, car personne ne peut dire que Jésus est Dieu sans être poussé par le Saint-Esprit (cf. 1 Co 12, 3). En effet, c'est l'Esprit Saint lui-même qui prie en nous et pour nous, et il le fait avec des gémissements inexprimables (cf. Rm 8,26). La prière de Jésus, comme toute autre prière, est une prière dans l'Esprit Saint".

Dans la prière du cœur, nous implorons la compassion de Dieu. La dernière partie - "aie pitié de moi" - s'inspire des paroles que le collecteur d'impôts, baissant la tête et se frappant la poitrine, a prononcées dans la parabole que Jésus nous raconte : "*Mon Dieu, montre-toi favorable au pécheur que je suis*" (Lc 18,13).

L'essor de la prière du cœur a eu lieu entre le 12^e et le 14^e siècle au Mont Athos. Cette île, proche de la Grèce, est peuplée exclusivement de moines, qui vivent dans des monastères ou des ermitages.

Du Mont Athos, la prière du cœur a également atteint la Russie, où elle s'est largement répandue. Elle y a prospéré au XVI^e siècle. Plus tard, au XIX^e siècle, la prière du cœur a connu une nouvelle et intense diffusion grâce à ce qu'on appelle les "staretz", des maîtres sur le chemin spirituel, qui ont transmis aux gens le trésor de leur expérience avec cette prière.

La prière du cœur a également trouvé son expression dans la littérature. L'un des livres les plus connus sur ce sujet est "Le pèlerin russe", écrit par un auteur anonyme.

Il pourrait être providentiel que cette prière se répande maintenant aussi en Occident, car l'Occident, qui était autrefois catholique, semble mourir de faim spirituelle. Nombreux sont donc ceux qui recherchent des formes de méditation orientales, désireux de rentrer en eux-mêmes et de trouver le silence. De notre point de vue chrétien, ces méditations orientales sont toutefois problématiques, car elles sont ouvertes à l'influence d'autres religions, qui, tout en ayant des éléments précieux, contiennent encore de nombreuses erreurs et peuvent donc mener à la confusion.

En revanche, la prière du cœur, si elle est pratiquée correctement, est d'une grande aide et peut conduire à l'antichambre de la contemplation. Il s'agit donc d'une pratique fortement recommandée, notamment pour ceux qui souhaitent intensifier leur vie de prière. Demain, nous poursuivrons avec quelques orientations concrètes à cet égard.