

# SUR LA PRIERE

*« Pour prier Dieu, tu n'as besoin de rien : où que tu sois, où que tu l'invoques, il t'entend. Il n'est en effet aucune occupation, aucun intermédiaire, aucun serviteur qui viennent s'interposer entre nous.*

*« Dis : Aie pitié de moi ! Et aussitôt Dieu sera là.*

*« Il n'attend pas la fin de ta prière : tu reçois le don avant même d'avoir fini de prier. »*

S. Jean Chrysostome

Le premier commandement c'est « Ecoute, Israël », «Le Seigneur ton Dieu est l'Unique Seigneur », «Ecoute». Dieu nous demande d'écouter.

La prière, avant d'être une parole qui vient de nous, doit être une écoute. Un médecin psychiatre m'a dit un jour : « Lorsqu'un malade commence à m'écouter ou à écouter vraiment les autres, à les recevoir, à les accueillir, alors il est guéri. » Si tu écoutes Dieu, si tu accueilles vraiment sa Parole, si tu épouses vraiment sa Présence, alors tu es guéri, tu es sauvé. Tu deviens une Mère de Dieu. Comme Marie qui « méditait toutes ces choses en son cœur ».

« O Dieu, donne-moi un cœur qui écoute. » La racine du péché, disent aussi les Pères, c'est l'oubli de Dieu, c'est le manque d'attention. « Ecoute, sois attentif », Dieu est là. Et toi ? « Adam, où es-tu ? »

## *Priez avec un cœur pur*

On demanda un jour à l'abbé Agathon : « De toutes les pratiques, quelle est celle qui demande le plus de travail ? » Il répondit : « Pardonnez-moi, je pense qu'il n'y a pas de plus grand travail que de prier Dieu. Dès que l'homme veut prier, les démons essaient de l'en empêcher ; ils savent en effet que rien ne leur fait plus obstacle que la prière. » En effet, dans un cœur qui prie, comment le mensonge, la vanité pourraient-ils pénétrer ? La haine n'a plus de chemin pour entrer dans le monde et semer la guerre et la discorde.

Si nous avons vendu tous nos biens, c'est pour acheter une perle précieuse. Si nous ne nous sommes pas mariés, si nous avons renoncé à nos richesses et à notre volonté propre, c'est pour acquérir la prière perpétuelle. Si nous nous sommes libérés de tous soucis du monde, c'est pour pouvoir prier Dieu avec un cœur pur. Aussi, la prière doit-elle être la seule occupation du moine.

## *Priez sans cesse*

Pour réduire à néant toute tentation, il n'y a rien de tel que le commandement du Seigneur : « Priez sans cesse. » Pour retrouver notre liberté d'enfant de Dieu et notre beauté première à son image et à sa ressemblance, il n'y a rien de tel que d'invoquer sans cesse son Nom.

Quoi que vous fassiez, à l'église, dans votre cellule ou à votre travail, faites tout pour la gloire de Dieu, c'est-à-dire avec un cœur qui l'aime et qui le prie. « Ferme ta porte et prie le Père

dans le secret. » Ferme la bouche. Souviens-toi de Jésus Christ présent dans ton cœur, souviens toi de son Esprit et que l'amour t'apprenne à prier en vérité « *Abba, Père* ».

Si tu savais le don de Dieu, qui est celui qui veut prier en toi...

Il faut d'abord habituer ton corps et tes lèvres à la prière. Tu peux rester debout devant l'icône du Christ et de la Mère de Dieu, faire des métanies et répéter à voix haute le Nom de Jésus, l'invocation de l'aveugle et du publicain. La prière du cœur est un don de Dieu, elle te sera donnée quand Dieu voudra. En attendant, tu peux te disposer à recevoir le don de Dieu, lui offrir ton corps, tes lèvres, ta pensée, et il fera de toi le temple de son Esprit.

La qualité de la prière ne dépend pas de nous. C'est l'œuvre de Dieu. Mais la quantité dépend de nous. Nous pouvons répéter le Nom de Jésus sans nous lasser. Comme la veuve importune, il faut dire sans cesse « aie pitié », et Dieu nous fera miséricorde.

A quoi bon les grands discours sur la prière si tu ne te mets pas à l'œuvre dès maintenant ? On ne comprend la prière qu'en priant. Ne te préoccupe pas de savoir ce qu'est la prière, mais « prie sans cesse ». Quels que soient les paroles de la prière, la liturgie, les psaumes, l'invocation du Nom, que ta pensée ne s'égaré pas. Reste collé aux paroles ; « Il est vivant Celui devant qui tu te tiens. » Va dans un lieu tranquille, assieds-toi, dirige ton intelligence vers le cœur, vers ce que tu sens être le plus profond de toi-même et plantes-y le Nom de Jésus. C'est difficile, mais si tu persévères Jésus viendra vraiment habiter en toi et alors tu pourras te tourner vers son Père et notre Père, sans pensées inutiles, et tu pourras aller vers tes frères sans paroles vaines.

### *La prière, cet art d'aimer*

« Prier, c'est donner le sang de son cœur », disait le starets Silouane. Seuls ceux qui ont beaucoup aimé comprennent cette parole. C'est bien ainsi qu'il faut prier, parce que c'est ainsi que Jésus pria le Père avant d'entrer dans sa Passion.

Moïse aima ses frères jusqu'à supplier d'être effacé du livre des vivants sur lequel il était inscrit, si le peuple ne recevait pas le pardon de sa faute. Paul souhaita être anathème par le Christ pour ses frères de race. Regarde les saints et vois que c'est dans l'amour que sont les racines de la prière.

L'art de la prière, cet art d'aimer dont nous parle l'Évangile, demande toute notre attention, tout notre souffle. Aussi, celui qui n'aura pas totalement renoncé à lui-même et à ses petits désirs ne pourra y parvenir. Ce n'est pas en apprenant à taper à la machine que tu deviendras un bon flûtiste. Si tu veux prier, ne fais pas autre chose : que ton cœur soit libre de tout souci.

La prière du cœur « Seigneur Jésus, Fils de Dieu, aie pitié de moi », cela veut dire : accorde-moi, accorde à tous les hommes ta miséricorde. Seigneur Jésus, envoie sur moi ton Esprit Saint.

Cela veut dire aussi : « Tu es là. Me voici ; que ta volonté soit faite, je m'abandonne à toi. »

### *Silence de l'amour*

La prière du cœur nous conduit au silence. Ce qui se passe dans ce silence, il est vain d'en parler, mais si tu n'en sors pas avec plus d'amour pour les frères et plus de reconnaissance envers Dieu, c'est un silence du diable.

Si tu veux construire un temple, il faut commencer par creuser les fondations. Le temple, c'est Dieu qui le construit ; il t'appartient de creuser les fondations, plus exactement de le laisser creuser en toi les fondations. Offre-lui beaucoup de ton temps, de tes lèvres et de ton souffle. C'est avec cela qu'il creuse en toi le lieu de son repos.

La répétition du Nom de Jésus, ce n'est pas comme la récitation continue d'un mantra hindou. Pour toi, le but, ce n'est pas seulement l'arrêt de toute pensée, c'est la rencontre de Quelqu'un.

Le silence de l'hésychaste ne rejoint pas le vide qui est la matrice de l'univers. Le silence de l'hésychaste, c'est le silence de la Bien-Aimée qui contemple le Bien-Aimé. Ce sont encore des images, me dis-tu, et la réalité est au-delà de toutes les images. C'est vrai, mais c'est là le langage de la Bible ; ceux qui le refusent en général refusent la Révélation.

L'Être infini, Eternel, Inconnaissable, Au-delà de tout, s'est révélé comme Personnel, et l'expérience mystique n'est plus alors fusion, mélange de la vague et de l'océan, mais amour incompréhensible, union de libertés. Dieu ne détruit pas l'homme et l'homme ne se dissout pas en Dieu.

Les Pères prennent souvent l'image d'une lame de fer plongée dans le feu. On peut dire alors que le fer brûle et que le feu est coupant. Ils ne font qu'un et pourtant ils ne sont pas confondus quant à leur nature. Ainsi en est-il de l'union de l'homme et de Dieu.

### *Techniques de prière ?*

Aujourd'hui, on parle beaucoup de techniques de prière et l'on range l'hésychasme ou la prière du cœur parmi elles. Pour embrasser quelqu'un, il existe bien des techniques, mais la meilleure c'est sans doute d'oublier toute technique et d'aimer vraiment. C'est parce que nous manquons de foi et d'amour que nous avons besoin de techniques dans nos relations avec Dieu.

Dans l'hésychasme, la part technique, à mesure que l'on progresse, tend à s'oublier. A quoi bon répéter le nom de quelqu'un si nous ne le connaissons pas et si nous ne l'aimons pas ? La puissance du Nom de Jésus ne se fera sensible à notre cœur que selon notre foi et notre amour.

De la même façon qu'il ne faut pas tout attendre d'une technique de prière, il ne faut pas trop non plus en nier la valeur. Nous ne sommes pas de purs esprits et c'est déjà l'œuvre de la miséricorde de Dieu que de chercher les moyens de nous unir à lui. Pour porter les aliments à ta bouche, tu peux te servir d'une fourchette ou de tes doigts, mais tu ne manges pas tes doigts. Comme la fourchette, ils ne sont que des instruments.

Ainsi, selon le discernement de ton père spirituel, tu peux utiliser une technique de prière pour porter le Nom de Jésus jusqu'au cœur de ton être, mais garde-toi d'idolâtrer cette technique et de la croire par elle-même efficace. L'efficacité d'un pinceau, c'est d'être parfaitement docile et souple entre les mains de l'artiste, mais, par lui-même, il n'a aucun génie pour dessiner ton visage.

## Paroles du Mont Athos

### Petit lexique :

Athos (Mont) : Haut lieu de la spiritualité orthodoxe (Grèce)

Hésychasme : Une certaine méthode de prière, basée sur l'invocation indéfiniment répétée du nom de Jésus.

Métanie : Changement d'idées, conversion, pénitence intérieure, geste par lequel on témoigne de son repentir après une faute ou simplement de son respect vis-à-vis de quelqu'un, le plus souvent prostration.

Staretz : Père spirituel.