

SE RECUEILLIR, CE QUE NOUS POUVONS FAIRE

Retraite Carême 2023 - L'oraison, chemin pour vivre notre vocation filiale

Après avoir développé les fondements scripturaires, théologiques et spirituels de la prière, il peut être utile de préciser quelques points de repère fondamentaux pour vivre nos temps de prière.

Nous connaissons désormais l'objectif, le dessein de Dieu sur nous, et nous voulons vivre nos temps comme fils et fille de Dieu, c'est-à-dire, avec Jésus dans la puissance de l'Esprit Saint, être tourné vers le Père.

Il nous faut désormais marcher sur le chemin de l'oraison pour atteindre cet objectif, et nous pouvons le faire avec le meilleur maître de vie spirituelle reconnu par l'Église, sainte Thérèse de Jésus.

Ce peu qui dépend de nous dans la prière ...

Selon sa définition bien connue de l'oraison, la prière est une « *relation d'amitié où l'on s'entretient souvent seul à seul avec celui dont nous savons qu'il nous aime* » (Vie 8,6). La prière est donc avant tout une relation entre deux acteurs, nous-mêmes et le Seigneur. Et comme dans toute relation, il y a une part qui nous échappe.

Ce qui nous revient, ce n'est pas de créer la communion, mais seulement de nous y disposer. Toutes les grâces reçues dans la prière, grâce de paix, de joie et de lumière ne dépendent pas directement de nous, c'est l'oeuvre de Dieu en nous.

Comme le reconnaît sainte Thérèse de Jésus, seule une partie dépend de nous :

« Mon but dans le précédent chapitre a été de faire voir jusqu'où nous pouvons aller par nous-mêmes dans l'oraison mentale ; j'ai voulu montrer aussi que, dans ce premier état, la dévotion dépend en partie de notre travail. » (Vie 12,1) et encore :

« (...) lorsque cette âme veut entrer avec Dieu dans ce paradis, qui est au dedans d'elle-même, et fermer la porte derrière elle à toutes les choses du monde.

Je dis lorsqu'elle veut, parce que vous devez savoir, mes filles, que ce n'est pas une chose extraordinaire, mais qu'elle dépend de notre volonté. » (Chemin de perfection 29,4).

Nous allons donc rappeler quelques points de repères pour mener notre prière vers ce recueillement qui nous permet de recevoir les grâces de Dieu quand il veut nous les accorder.

Nous pouvons distinguer **trois moments dans notre travail de recueillement**. Tout d'abord, il faudra **trouver le lieu adéquat** où règne un certain silence, où l'on sait qu'on ne sera pas dérangé.

Il faudra savoir cesser nos activités : le recueillement, qui est la cessation des activités intellectuelles inutiles pour la prière, demande aussi que l'on cesse les activités extérieures.

Si possible, on choisira un endroit approprié à la prière par sa beauté et sa symbolique. Jésus nous invite aussi à choisir un lieu retiré pour que notre



prière ne soit connue que de Dieu seul, cette solitude favorisera aussi une expression personnelle de notre prière sans être soumis au regard d'autrui.

S'ajuster à Dieu

Une fois les conditions matérielles établies, le premier temps consiste à **s'ajuster à Dieu**. Il s'agit de se rappeler l'amour de Dieu pour chacun de nous, l'acte de foi dont nous avons déjà parlé.

Ce temps peut être précédé par un geste simple qui marque le début de notre prière, comme un signe de croix :

« Vous savez déjà qu'avant de commencer, vous devez examiner votre conscience, puis dire le Confiteor¹, et faire le signe de la croix.

1. Prière pénitentielle : « Je confesse à Dieu ... »

Efforcez-vous ensuite, mes filles, puisque vous êtes seules, de trouver une compagnie. Mais quelle compagnie préférable à celle du Maître même, qui vous a enseigné la prière que vous allez dire ? Représentez-vous le Seigneur lui-même à côté de vous, et considérez avec quel amour, avec quelle humilité il daigne vous instruire » (Chemin 26,1).

Pour s'ajuster au Seigneur en ce début de prière, nous reconnaissons l'amour de Dieu pour nous et notre incapacité à y répondre effectivement.

Selon l'état de notre esprit et de notre conscience, **nous pouvons commencer soit par la reconnaissance de l'amour de Dieu pour nous, soit par la reconnaissance de notre péché**, de notre faiblesse.



Mais ces deux temps sont incontournables dans leur principe ; leur intensité dépendra de l'état dans lequel je suis au début de cette prière et ce que j'ai vécu avant ; ce qui est essentiel, c'est ce travail d'ajustement entre moi et le Seigneur au début de mon temps de prière.

Accueillir Sa Présence

Pour entrer dans une relation d'amitié durant le temps de prière, il s'agira dans un second temps de **prendre conscience de Sa présence**. Cette présence nous pouvons la symboliser en différents lieux : en face de moi, à mes côtés, ou encore mieux en moi.

On peut aussi y associer l'une ou l'autre des personnes de la Sainte Trinité : le Père en face de moi pour l'adorer, éprouver sur moi son regard de miséricorde, me situer face à lui comme le fils prodigue accueilli par le père.

Je peux aussi me figurer le Fils à mes côtés comme compagnon, il est l'ami et mon frère en humanité, celui qui veut me conduire vers le Père. Enfin, je peux me figurer l'Esprit Saint en moi comme source d'eau vive, ou bien le feu, ou encore la lumière, il est la force intérieure.

Soulignons qu'**il s'agit tout d'abord d'une attitude de foi plus que d'imagination**. Car on se représente cette présence de Dieu en un lieu symbolique. Cette représentation est cependant réelle spirituellement car elle s'appuie sur la Parole du Seigneur.

Il ne s'agit pas de s'auto-suggérer, mais de croire à l'engagement du Seigneur d'être avec nous jusqu'à la fin des temps, et de reconnaître le don de Dieu qui nous a été fait par notre baptême et confirmation.



« Saint Augustin nous dit qu'après avoir longtemps cherché Dieu en beaucoup d'endroits, il le trouva enfin au dedans de lui-même.

Eh bien, pensez-vous qu'il serve peu à une âme distraite de comprendre cette vérité et de savoir qu'elle n'a pas besoin d'aller au ciel pour parler à son Père éternel et prendre avec lui ses délices ?

Aucun besoin d'élever la voix pour lui parler, si bas qu'elle parle, il entendra. Aucun besoin d'ailes pour aller à sa recherche ; qu'elle se mette en solitude, qu'elle regarde en elle-même, et qu'elle ne s'étonne pas d'y rencontrer un hôte si bon ; mais qu'elle lui parle comme à un père, qu'elle lui expose comme à un père tous ses besoins, lui raconte ses peines et le supplie d'y porter remède, avec une confiance qui n'exclue pas le sentiment de son indignité. » (Chemin 28,4)

L'aide de la représentation

Il s'agit de **se représenter cette présence pour entrer en dialogue**, pour recevoir la Parole et pour adresser une parole.

On peut préférer s'adresser à l'une ou l'autre des personnes de la Trinité, localiser sa présence à tel ou tel endroit ; ce qu'il faut faciliter, c'est notre relation d'amitié.

Cependant, la personne de Jésus, vrai Dieu et vrai homme, est incontournable car c'est par l'humanité de Jésus que nous sommes sauvés.

Être chrétien, c'est être et devenir disciple de Jésus. C'est pourquoi sainte Thérèse d'Avila conseillera toujours de se représenter le Christ présent en nous ou auprès de nous :

« Voyez dans Jésus-Christ un père, un frère, un maître, un époux et traitez avec lui selon ces diverses qualités ; lui-même vous apprendra quelle est celle qui lui plaît davantage, et qu'il vous convient de choisir. (...) »

Cette manière de prier, quoique vocale, a l'avantage de recueillir l'esprit très vite, et c'est une oraison qui procure à l'âme des avantages précieux.

On l'appelle oraison de recueillement, parce que l'âme y recueille toutes ses puissances, et rentre au dedans d'elle-même avec son Dieu. Là, le divin Maître l'instruit et lui accorde, plus promptement, par ce moyen que par tout autre, l'oraison de quiétude. Dans ce recueillement intime, en effet, elle peut penser à la passion du Sauveur, se le représenter lui-même comme présent, et l'offrir à son Père. » (Chemin 28,4)

Se recueillir consistera donc à porter une attention amoureuse à Jésus, avoir le regard fixé sur lui pour apprendre de lui comment aimer :

« Croyez-moi, autant que vous le pourrez, demeurez dans la compagnie d'un si excellent ami.

Si vous prenez l'habitude de vous tenir en sa présence, et s'il voit que vous le faites pour lui plaire, vous ne pourrez plus, comme on dit, vous en débarrasser.

Il ne vous abandonnera jamais, il vous aidera à supporter toutes vos peines ; vous l'aurez enfin partout avec vous. Pensez-vous que ce soit peu de choses d'avoir à ses côtés un tel ami ? » (Chemin 26,1)

Le terme de regard signifie qu'il s'agit bien d'aboutir à une activité toute simple, il ne s'agit pas de multiplier les



pensées ou les activités intellectuelles.
*« Il ne s'agit pas de beaucoup penser,
mais de beaucoup aimer »*
(cf. Fondations 5,2).

S'entretenir avec l'Ami

Le troisième temps du recueillement consiste à **s'entretenir avec le Seigneur**. Conscient de la présence du Seigneur, et après nous être ajustés à son amour en reconnaissant nos limites, nous pouvons entrer en dialogue.

Nous lui parlons comme un ami. Il s'agira non pas de dire des prières toutes faites, mais de lui adresser mes paroles. Nous pouvons tout d'abord soulager notre cœur de ce qui le préoccupe. Nous pouvons nous plaindre, ou nous réjouir, selon notre état d'esprit du moment.

Nous pourrons lui rendre grâce pour ce qu'il est, pour son amour pour nous, pour la lumière et la force qu'il donne. Nous pouvons aussi lui confier nos soucis, les personnes que nous aimons.

Comme avec un ami, la prière devient une relation simple, où l'on tient compagnie humblement au Seigneur.

« Se mettre, comme je l'ai dit, en présence de Notre Seigneur, s'entretenir avec lui sans fatiguer l'entendement, et savourer le bonheur d'être en sa compagnie.

Là, point de pénibles raisonnements, mais une simple exposition de nos besoins et des motifs qu'aurait le divin Maître de ne pas nous supporter à ses pieds. Il faut, suivant les temps, varier cette occupation, afin de ne pas se dégoûter par la continuité de la même nourriture. » (Vie 13,11)



Sainte Thérèse de Jésus nous invite à **trois attitudes : être vrai, être libre et aimer** :

« Dieu aime infiniment, dans nos rapports avec lui, la vérité, la franchise, la clarté ; il veut que nous disions ce qui est au fond de notre cœur et non autre chose : quand nous traitons avec lui de la sorte, il nous donne toujours au-delà de nos demandes » (Chemin 37,4).

Il s'agit de devenir des familiers de Dieu :

« Il suffit que notre intention demeure ferme. Mon Dieu n'est pas étroit et ne s'arrête point aux minuties : vous donnez vraiment quelque chose, vous le donnez du reste de bon cœur, il vous en saura gré. Quant à ceux qui ne sont pas généreux, qui ont la main si serrée qu'ils ne donnent jamais rien, c'est beaucoup qu'ils prêtent, qu'ils fassent enfin quelque chose. Notre Seigneur met tout en compte et s'accommode à notre volonté. » (Chemin 23,3)

Entrer dans une scène évangélique

Lorsque le cœur à cœur nous a permis une relation simple, il peut arriver que nous n'ayons plus grand-chose à dire au Seigneur. Nous sommes donc invités à passer à la deuxième forme du dialogue d'amitié.

Il s'agira **d'entrer dans une scène évangélique pour recevoir une Parole du Seigneur**, entrer dans une scène évangélique plutôt que méditer une scène évangélique, car il ne s'agit pas d'une réflexion intellectuelle, mais d'un engagement personnel.

Nous pourrions choisir une scène d'évangile selon la liturgie, ou bien un passage qu'on aime bien. Il s'agira d'entrer dans l'action qui s'y déroule, entrer dans la peau d'un des personnages, considérer



les paroles du Christ comme m'étant adressées personnellement.

« Comme je ne pouvais discourir avec l'entendement, voici quelle était ma manière d'oraison. Je tâchais de me recueillir et de considérer Notre Seigneur présent au dedans de moi.

Mon âme retirait, ce me semble, plus de profit de la contemplation des mystères où je le voyais plus délaissé. Seul et plongé dans la peine, notre divin Maître devait, selon moi, à cause de son abandon même, se sentir porté à m'admettre en sa présence.

J'avais beaucoup de simplicités de ce genre. Je méditais avec prédilection sa prière au jardin des Oliviers. Là, je me plaisais à lui tenir compagnie. Je considérais la sueur et la tristesse qu'il avait endurées en ce lieu.

J'aurais voulu, si j'avais pu, essuyer cette sueur si douloureuse ; mais il m'en souvient, je n'osais jamais le tenter ; je me sentais arrêtée par la vue de mes péchés. Je restais ainsi avec Notre Seigneur autant que mes pensées me le permettaient » (Vie 9,3)

Il ne faudra pas censurer nos considérations et nos réflexions même si elles paraissent un peu naïves : comme c'est une prière personnelle silencieuse, elles ne seront pas répétées à l'extérieur !

On pourra être assez libre dans notre expression, dans notre manière de conduire la prière pour ne pas se laisser enfermer dans notre tendance à se satisfaire des considérations intellectuelles.

Il faut **être aussi assez libre pour passer du cœur à cœur à la méditation évangélique et inverse-**

ment, selon notre état d'esprit.

Pour vivre notre temps de prière personnelle, « *éveillé dans la Foi* » comme dit sainte Élisabeth de la Trinité, nous nous appuyons sur notre connaissance du dessein de Dieu, notre vocation filiale, et sur les quelques points de repère pour notre travail de recueillement, ce peu qui dépend de nous. À partir de là, notre prière devient un espace disponible où Dieu peut agir.

Pistes pour m'approprier la méditation

- Quels sont mes points de repère pour guider mon temps de prière vers une rencontre de Dieu dans la foi ?
- Avec quelle Personne de la Trinité j'aime m'entretenir ?
- Pour quelle méthode de recueillement ai-je le plus de goût ?



Fr. Antoine-Marie Leduc,
ocd (couvent d'Avon)

Prier chaque jour de la semaine - Semaine 4

Lundi 20 mars : Saint Joseph, l'homme juste



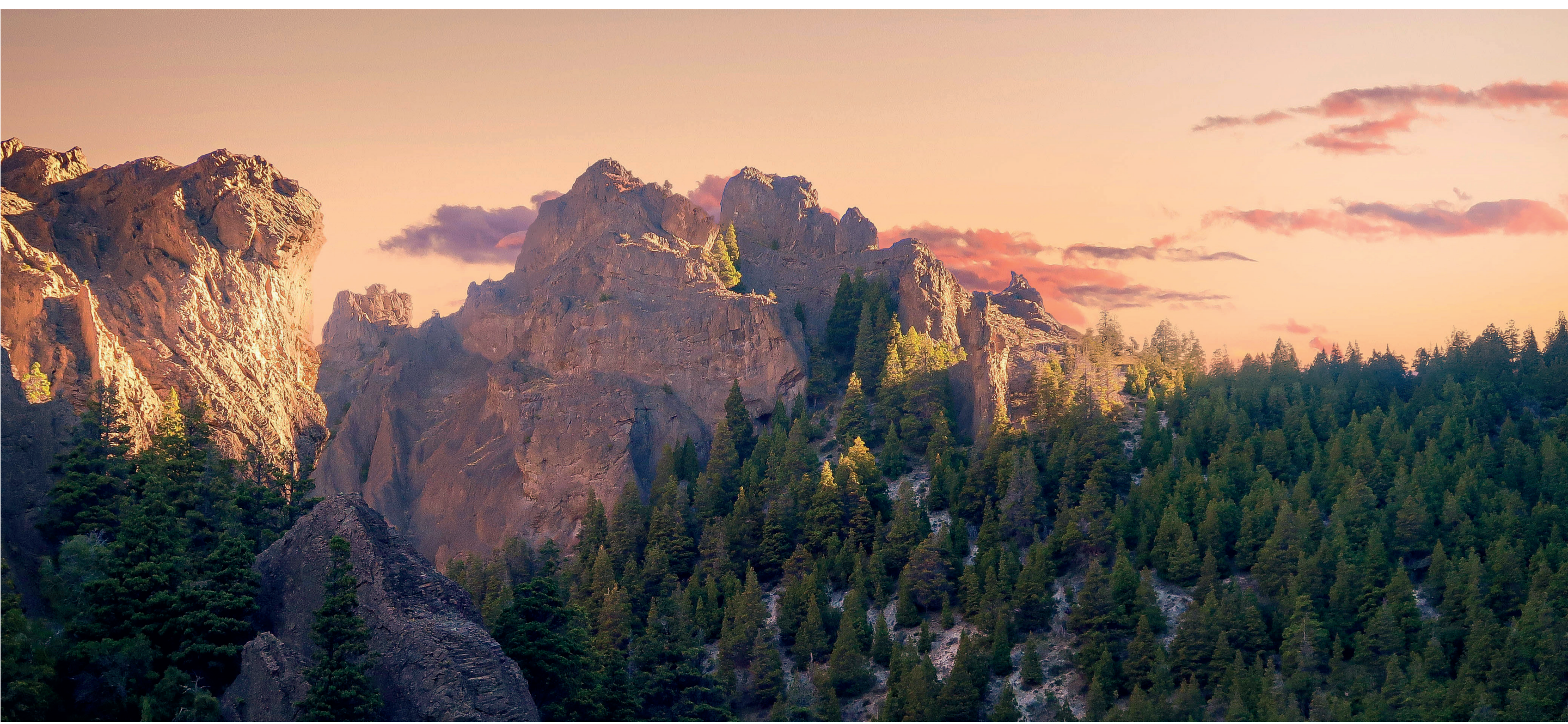
« Sainte Thérèse d'Ávila et saint Joseph » Diego de la Cerda

« Joseph, fils de David, ne crains pas de prendre chez toi Marie, ton épouse, puisque l'enfant qui est engendré en elle vient de l'Esprit Saint. »
(Mt 1, 20)

« (...) Que ceux qui ne trouveraient pas de maître pour leur enseigner l'oraison prennent pour maître ce glorieux saint, et ils ne s'égareront pas en chemin. » (Sainte Thérèse d'Ávila, Livre de la Vie 6,8)

« Père aimé... père dans la tendresse... père dans l'obéissance... père dans l'accueil... père au courage créatif... père travailleur... père dans l'ombre..., Saint Joseph, montre-toi aussi un père pour nous ! » (Pape François, Patris corde)

Mardi 21 mars : « Voyez les actes du Seigneur ! » (Ps 45, 9a)



« Seigneur, je n'ai personne pour me plonger dans la piscine au moment où l'eau bouillonne... » (Jn 5, 7)

« Nous pouvons dire de ceux qui commencent à faire oraison qu'ils tirent l'eau du puits à très grand-peine (...). Au début, ils s'affligent, ils n'arrivent pas à comprendre s'ils se repentent de leurs péchés ; ils s'en repentent pourtant puisqu'ils décident si sincèrement de servir Dieu.» (Sainte Thérèse d'Ávila, Livre de la Vie 11,9)

Seigneur Jésus, donne-moi un cœur pur ; rends-moi la joie d'être sauvé.

Mercredi 22 mars : « Moi, je ne t'oublierai pas ! » *(Is 49, 15c)*



« Non seulement [Jésus] ne respectait pas le sabbat, mais encore il disait que Dieu était son propre Père et il se faisait ainsi l'égal de Dieu. »
(Jn 5, 18)

« Tout le monde dort. Et Dieu si rempli de bonté, si grand, si digne de louanges, on l'oublie !... Personne ne pense à lui ! » *(Sainte Marie de Jésus Crucifié, Allons réveiller l'univers)*

Eveille-moi, Jésus, éveille ma vie ! Découvre-moi la fidélité sans prix de ton Père, notre Père des cieux !



Jeudi 23 mars : « Ils oublient le Dieu qui les sauve. » *(Ps 105, 21a)*



« Ce sont les Écritures qui me rendent témoignage, et vous ne voulez pas venir à moi pour avoir la vie ! » *(Jn 5, 39b-40)*

« Bien sais-je la source qui jaillit et fuit (...) Cette source éternelle bien est blottie au pain vivant afin de nous donner vie, mais c'est de nuit ! Elle est là, criant vers toute créature... » *(Saint Jean de la Croix, poème VIII)*

Jésus, ta parole est ma demeure. Elle crie en moi « Viens vers le Père ». Attire-moi dans ton désir d'aimer pour que l'amour du Père soit connu de tous !



Vendredi 24 mars : « C'est lui qui m'a envoyé. » (Jn 7, 29)



« Flagellation du Christ » Rubens

« Il prétend posséder la connaissance de Dieu, et se nomme lui-même enfant du Seigneur. (...) Voyons si ses paroles sont vraies (...) Soumettons-le à des outrages et à des tourments... » (Sg 2, 13.17a.19a)

« Seigneur, il n'est peine que je n'aie trouvée bonne à souffrir en vous considérant tel que vous étiez devant les juges. En présence d'un si bon ami, d'un si bon capitaine qui s'exposa le premier à la douleur, on peut tout souffrir. Il nous vient en aide et nous donne des forces... » (Sainte Thérèse d'Avila, Livre de la Vie 22,7)

Jésus, toi qui connais Celui qui t'a envoyé, enflamme-nous d'un fort amour de ta Passion, les yeux fixés sur ton Heure, accomplissant jusqu'au bout l'œuvre de ton Père !

Samedi 25 mars : « Je te salue, Comblée-de-grâce » (Lc 1, 28)



« L'Esprit Saint viendra sur toi, et la puissance du Très-Haut te prendra sous son ombre ; c'est pourquoi celui qui va naître sera saint, il sera appelé Fils de Dieu. » (Lc 1, 35)

« Faire ombre, c'est comme prendre sous sa protection et faire plaisir et grâce. » (Saint Jean de la Croix, Vive Flamme, III, II)

Vierge Marie, prends-moi à l'ombre de ton manteau pour y recueillir toute la grâce de vie que le Père me donne en Jésus, dans l'ombre de l'Esprit.

