

LE PAPE FRANÇOIS PARLE DE LA PRIÈRE

«Je pense à Marie. Comment vivait-elle les contraintes du quotidien, depuis sa maternité inattendue... Bethleem... L'Égypte... Jésus perdu au Temple... La Croix ? Jean-paul II a dit que Marie avait une certaine «peine de cœur». Mon cœur se fatigue-t-il à intercéder ? et en même temps, pendant cette lutte, est-ce que je ressens la paix de l'âme de celui qui vit en intimité avec Dieu ? Fatigue et paix vont de pair dans un cœur qui prie. «Ne soyez inquiets de rien». Je demande à l'Esprit Saint qu'il vous fasse entrer dans le mystère du Dieu vivant et qu'il prie dans vos âmes. Nous connaissons déjà le triomphe.»

UNE ÉCOLE D'ORAIISON

Quelques laïcs avec un prêtre peuvent créer une école d'oraison ouverte à tous. Elle peut consister en 5 ou 6 rencontres d'environ 3 heures, avec en conclusion une journée complète. Chaque rencontre comprend : un enseignement - un temps d'oraison en commun (au début cette prière est guidée et dure 20 mn ; ensuite elle est de 30 mn en silence) - un temps de partage en petits groupes. Comme principaux enseignements on propose L'Oraison : Le Christ prie en moi - parler et écouter - Rencontrer Dieu - L'Esprit Saint notre Maître de Prière - Vouloir ce que Dieu veut - Les difficultés - La progression - Prier sans cesse - Témoignages.

Il est souhaitable de commencer chaque rencontre par un repas fraternel ou un pique nique.

Voir l'Association des Ecoles d'Oraison Francophones

◆ Sites oraison.net

◆ Découvrir la prière intérieure. Yves Jausions/Salvator

COMMENT FAIRE ORAIISON ?

◆ Je me mets en **PRESENCE DE DIEU** : «Tu es en moi et je suis en Toi». Dieu, ce sont les trois Personnes, le Père, le Fils et le Saint-Esprit. Je suis heureux de leur parler. Je prends mon temps.

◆ Je demande au **SAINT-ESPRIT** de m'éclairer.

◆ Je lis lentement un passage de la Parole de Dieu, celui que l'Église propose en ce jour, ou un autre.

◆ Je reprends un mot, une ligne qui me plaît. Je m'adresse à Dieu directement, en Lui disant Tu ou Vous. Je Lui **PARLE** de ce qui fait ma vie ou d'un événement. Je Lui parle de Jésus. Je Le loue, je Le remercie, je Lui demande Ses grâces.

◆ **J'ÉCOUTE** ce que me dit le Seigneur. J'essaie de rester en silence sous Son regard. Quand ce passage ne me dit plus rien, je continue à lire une ligne de l'Évangile.

◆ Si je suis distrait, **CE N'EST PAS GRAVE**. Dès que je m'en aperçois, je **REVIENS** à Dieu, autant de fois que c'est nécessaire.

◆ Je **PRIE** pour les intentions qui me tiennent à cœur, pour l'Église et tout spécialement pour mes frères en détresse.

◆ Je cherche comment je vais faire aujourd'hui la **VOLONTÉ** de Dieu.

◆ Je **REMERCIE** le Seigneur de tout ce qu'Il m'a donné pendant ces temps de prière, même si je n'ai rien senti. Je Lui offre cette oraison, sans la juger.

Où **PRIER** ? Dans un endroit tranquille : coin-prière, oratoire, avec une icône, une croix, un cierge.

COMBIEN DE TEMPS ? C'est à toi de fixer, par exemple 10 minutes. Plus tard tu pourras prier pendant 30 minutes. Essaie de prier ainsi chaque jour, si possible à la même heure.

QU'EST-CE QUE PRIER ?

◆ **PRIER, C'EST RENCONTRER DIEU.** Si nous ne voulons pas rester dans le vague, quand nous commençons à prier, mettons-nous aussitôt en PRÉSENCE DE DIEU par un «vigoureux acte de foi» (Ste Th. E.J.) : «Seigneur, Tu es là». «O Toi qui es chez toi dans le fond de mon cœur».

◆ **PRIER, C'EST PARLER A DIEU ET L'ÉCOUTER.** Nous parlons à Dieu de ce qui nous intéresse et de ce qui L'intéresse. Pour cela, nous nous aidons d'un texte d'Évangile. DIEU NOUS PARLE aussi. Nous L'ÉCOUTONS, nous sommes attentifs. D'où l'importance de faire SILENCE en nous. Cependant, même en silence, nous sommes actifs. Prier, ce n'est pas rêver.

◆ **PRIER, C'EST REJOINDRE L'ESPRIT SAINT** qui prie en nous. «l'Esprit vient au secours de notre faiblesse, car nous ne savons pas prier» (Rm 8,26). Au début de toute prière, demandons à l'Esprit de nous aider à prier.

◆ **PRIER, C'EST ETRE TOTALEMENT DISPONIBLE** «Je veux ce que Tu veux». C'est surtout aimer.

«L'ÉVANGÉLISATION SE FAIT A GENOUX

Priez avec obstination, jusqu'à l'extrême. A cette obstination dans la prière, le Seigneur promet l'assurance du succès : «Celui qui demande reçoit». Au delà de ce que nous demandons, il nous donnera l'Esprit Saint. Quand Jésus nous exhorte à prier avec insistance il nous projette au sein même de la Trinité. Il nous guide vers le Père et nous promet l'Esprit Saint.»

Pape François

«A mon avis, l'oraison mentale est un échange d'amitié dans lequel on s'entretient souvent, seul à seul, avec Celui dont on se sait aimé»

Ste Thérèse d'Avila

L'ORAISON, UN TEMPS POUR DIEU

◆ Le modèle de notre prière, c'est Jésus ; Jésus priait souvent et longtemps. Sa vie était tissée de prière.

◆ Nous pouvons prier, soit en nous servant de prières composées par d'autres, soit en nous adressant à Dieu avec nos mots à nous, dans une prière personnelle.

◆ La prière personnelle prolongée, ou oraison, n'est pas réservée aux prêtres ou aux religieuses. Beaucoup de laïcs font oraison.

◆ L'oraison est un temps gratuit offert à Dieu. Quand on croit que Dieu est plus important que tout, on trouve toujours le temps.

◆ Notre prière, comme celle de Jésus, passe nécessairement par des périodes de sécheresse, de souffrance. Malgré cela nous devons continuer à donner le même temps à la prière.

◆ Notre corps participe à la prière, soit par un geste - signe de croix, mains levées, prosternement - soit par une attitude stable et immobile.

◆ Quand nous prions il se passe toujours quelque chose. Dans la foi, nous sommes certains que Jésus agit en nous et qu'**IL sauve le monde.**



COMMENT FAIRE ORAISON

« Demandez la grâce de persévérer dans l'oraison»

Benoît XVI