

## **10 points pour la prière**

### **1 La décision**

Il faut prendre la décision de prier. Il y a réellement un combat, décider de prier c'est donner la préférence à Dieu. "Si tu cherches Dieu, sache qu'Il te cherche avec encore bien plus d'ardeur" (Jean de la Croix). Décider d'un temps : 5 min, 10 min, plus...

### **2 Au delà des sentiments**

Aujourd'hui, on veut tout sentir : "*Je l' sens bien, je me sens mal...*". Dans la prière, je ne sens pas toujours que Dieu est là, mais je sais qu'Il est là. A certains moments, je vais vraiment sentir la présence de Dieu, et à d'autres moments ce sera plus sec, c'est à ce moment là que la fidélité intervient. Il ne faut pas trop se tâter, ni mettre le thermostat spirituel. La prière n'est pas un repli mais une ouverture. On peut vivre une prière très sèche alors qu'elle nous a fécondés en profondeur.

### **3 La fidélité**

Regarde la poule qui couve : C'est le temps qui donne la vie ; par la patience qui est l'humilité du temps, tu obtiens tout. Si tu ne recharge pas le feu, il va s'éteindre. N'attends pas d'avoir trop froid pour recharger ton feu intérieur.

Dieu est fidèle. Un couple aime la fidélité, "*on s'aimera pour toujours*", c'est chanté sur tous les refrains, mais au profond de ce toujours, c'est l'Amour de Dieu qui est là.

"*Quelle grâce quand le matin nous ne nous sentons aucun courage, aucune force pour pratiquer la vertu, c'est maintenant le moment de mettre la cognée à la racine de l'arbre (...) on est tenté de laisser tout là, mais dans un acte d'amour même pas senti, tout est réparé, et au delà, Jésus sourit...*" Sainte Thérèse de Lisieux.

Comment prier et quelques formes de prières :

### **4 L'Esprit Saint**

Le Pape Jean-Paul II nous invite à découvrir davantage l'Esprit Saint.

Demandez l'Esprit Saint ! "*L'Esprit vient au secours de notre faiblesse ; car nous ne savons que demander pour prier comme il faut ; mais l'Esprit lui-même intercède pour nous en des gémissements ineffables.* (Rom 8, 26)

"*Si vous demandez l'Esprit Saint, il vous sera donné*", c'est Jésus qui l'a dit. *L'Esprit Saint donne vie à la prière*, (il a donné un corps à Jésus).

"*Le Saint Esprit, que le Père enverra en mon nom, vous enseignera toute chose*" (Jn 14 : 16)

Le Saint Esprit enseignera à aimer Dieu et le prochain (St Silouane).

### **5 La louange et l'action de grâces**

C'est très proche, il nous faut expérimenter les deux.

L'action de grâces, c'est dire merci au Seigneur pour ses bienfaits : merci pour le soleil, pour les amis, pour la vie. Cf le Cantique de Saint François.

Louer, c'est commencer à vivre les béatitudes et rendre grâce pour toutes les situations de vie aussi mauvaises ou bonnes qu'elles soient. La louange guérit et dilate notre âme. Elle nous sort de nous même. Indispensable pour lutter contre les mini-déprimés et les coups de cafard.

### **6 La parole de Dieu**

" *De quoi faut-il munir l'âme?* »

- *De la Parole de Dieu, car la Parole de Dieu est le pain des anges dont se nourrissent les âmes assoiffées de Dieu.*" St Séraphim de Sarov

La Parole de Dieu ne remonte jamais vers Dieu sans avoir fécondé la terre et produit son fruit. En elle, c'est Dieu qui nous parle. Chaque jour, l' Eglise nous offre une tranche de pain : l' Evangile du jour. En Chine ou au Mexique, en Côte d' Ivoire ou à Bruxelles, c'est la même

tranche de pain, la même Parole. Le matin, mangeons une tranche de la Parole de Dieu : dans le Notre Père : donne nous aujourd'hui notre pain de ce jour... Ps 118 : Ta Parole est douce comme le miel... Il a fait un bon petit déjeuner!

### **7 L'intercession**

Intercéder, c'est prier pour les autres. Jésus est le grand intercesseur mais il a besoin de nous. ex : le centurion qui intercède auprès de Jésus; le paralytique amené par 4 "intercesseurs". Mais laissons à Dieu la liberté de sa réponse. Il nous réserve toujours ce qu'il y a de mieux, nous nous en rendrons compte avec le temps. Dieu n'est pas un "Mister-cash", c'est un père ; comme nos parents, il sait ce dont nous avons besoin et quand. Tout tombe à point pour qui sait attendre.

### **8 L'Eucharistie et l'adoration du Saint Sacrement**

L'Eucharistie est le sommet de la prière. Nous accueillons Jésus vivant ressuscité dans nos mains. *"La communion fait à l'âme comme un coup de soufflet à un feu qui commence à s'éteindre."* (St Curé d'Ars)

L'hostie, c'est Jésus devant nous, il est rempli d'amour pour nous et il se donne. L'adoration devant le Saint Sacrement, présence réelle du Christ, est un temps gratuit que l'on passe avec notre meilleur ami, on se laisse bronzer au soleil de l'Amour. *"Je Le regarde et Il me regarde"*, c'est un cœur à cœur avec Jésus. C'est un peu comme un moment d'éternité sur la terre (nous sommes devant Jésus comme nous le serons au ciel).

Ce que produit la prière en nous :

### **9 Prière / conversion / charité**

La prière nous amène à nous détourner de nous même pour nous tourner vers les autres. Elle change notre regard. Si notre prière est vraie, nous avons un regard de lumière sur l'autre et nos propres limites nous apparaissent sans pour autant nous accabler. La prière nous fait découvrir la miséricorde de Dieu et cette miséricorde nous transforme. La prière nous aide au pardon. *"Si tu as quelque chose contre ton frère, prie pour lui, va te réconcilier et alors apporte ton offrande de prière."*

### **10 Prière et évangélisation**

Une foi qui ne s'annonce pas est une foi qui meurt. Si tu désires annoncer Jésus, si c'est ta vocation, il n'y a pas d'évangélisation sans prière. Ta prière doit s'ouvrir à l'évangélisation et ton évangélisation ramener à la prière.

### **Conclusion**

Les Saints nous apprennent à prier. Lire la vie des saints nous apprend à vivre l'évangile et à prier. *"La prière est comme un feu qui gonfle les ballons et les fait monter vers le ciel. La prière est à notre âme ce que la pluie est à la terre."* (Saint Curé d'Ars)

*"L'oraison mentale n'est rien d'autre, à mon avis, qu'un commerce d'amitié. On s'entretient souvent et instamment avec Celui dont nous savons qu'Il nous aime."* (Sainte Thérèse d'Avila)