

## **Apprendre l'oraison avec Sainte Thérèse de Lisieux**

Surprise ! Nulle part, Sainte Thérèse ne nous a parlé en détail de son oraison. Elle est pourtant docteur de l'Église. Sainte Thérèse d'Avila, Catherine de Sienne et Élisabeth de la Trinité nous en parlent pourtant abondamment.

Sainte Thérèse faisait 2 h d'oraison par jour. "Histoire d'une Âme" ne nous révélerait rien sur sa vie de prière avec Dieu ? Pourtant, Thérèse dit elle-même qu'il n'y a rien dans sa voie, en quoi les petites âmes ne puissent l'imiter et la suivre : c'est donc que l'on peut découvrir sa vie de prière.

### 1. La méthode.

N'allons pas demander à Thérèse une méthode d'oraison. Au début, la méthode est bonne mais il faut vite s'en débarrasser. Or, souvent, nous restons trop attaché à la méthode et alors nous confondons oraison et méthode.

Par l'oraison, c'est l'âme qui se soumet sincèrement à l'action de Dieu c'est-à-dire son Amour infini. C'est se remettre à Lui en toute humilité mais en toute confiance.

Inconsciemment, on met sa confiance en soi, en son travail. C'est pitoyable : Dieu seul "fait" la sainteté. Tout ce que l'âme doit faire, c'est se soumettre à l'action de Dieu.

### 2. Acquérir le service de l'amour.

Souvent, dans nos méditations, nous raisonnons beaucoup trop. On dissèque, on analyse pour aboutir à une conclusion logique qu'on appelle la résolution. Du coup, ce qu'on appelle l'oraison est un travail pénible de l'esprit. On se dégoûte et on fait oraison vite vite pour s'en débarrasser.

Sainte Thérèse d'Avila : "*L'oraison ne consiste pas à beaucoup penser mais à beaucoup aimer.*" La petite Thérèse applique cela en ne parlant pas beaucoup de l'oraison mais par sa manière d'être : Aimer ! "*L'oraison est une chose toute simple, c'est apprendre à aimer.*"

### 3. La science de l'amour, c'est l'Évangile.

"*Pour moi, je ne trouve rien dans les livres, si ce n'est l'Évangile. Le livre-là me suffit. J'écoute avec délices cette parole de Jésus qui me dit ce que j'ai à faire : "Apprenez de moi que je suis doux et humble de cœur."* (Mt 11,29) Alors, j'ai la paix, selon sa douce promesse ; "*Et vous trouverez repos pour vos âmes.*"

Le Fils de Dieu s'est fait homme non pour nous donner un cours philosophique sur l'amour mais pour nous montrer par sa vie, par ses actes, par ses paroles ce qu'est aimer.

Voilà comment Thérèse fait oraison : elle ouvrait l'Évangile et lisait quelques versets (dose homéopathique !) Puis, elle demandait à Dieu de mieux comprendre l'amour qui est en Jésus-Christ et demandait aussi à Dieu sa grâce pour lui ressembler. Elle laissait imprégner en elle ce que l'Évangile lui disait : gestes, paroles de Jésus, ... Elle apprenait de Jésus comment on aime Jésus et les créatures.

### 4. Les fruits de l'oraison.

Ce ne sont pas de belles pensées mais un cœur dilaté, plein d'amour et résolu à ne manquer aucune occasion de petits sacrifices (petits riens) pour témoigner la sincérité de son amour.

### 5. Pourquoi l'oraison est-elle ennuyante pour certain ?

C'est parce qu'on aborde parfois l'Évangile comme un livre normal qu'on lit pour s'informer, pour découvrir des pensées nouvelles. On cherche dans l'Évangile ce qu'il n'y a pas et on s'ennuie. Il n'y a rien à tirer de l'Évangile mais il faut se soumettre à lui. Il faut se soumettre à l'Esprit qui a inspiré les évangélistes. "*Quand il viendra, lui, l'esprit de vérité...Il vous rappellera tout ce que je vous ai dit*" (Jn 16,13 et 14,26).

Enseignement Groupe de Prière St. Damien (12/11/2011) : Apprendre l'oraison avec Sainte Thérèse

### 6. Et les distractions, les sécheresses ?

L'oraison de Thérèse était une oraison d'amour et elle ne s'affligeait pas des sécheresses. Écoutons ces confidences pleines de sagesse :

*" Je devrais au lieu de me réjouir de ma sécheresse, l'attribuer à mon peu de ferveur et de fidélité, je devrais me désoler de dormir (depuis 7 ans) pendant mes oraisons et mes actions de grâces, eh bien, je ne me désole pas... je pense que les petits enfants plaisent autant à leurs parents lorsqu'ils dorment que lorsqu'ils sont éveillés... je pense que "le Seigneur voit notre fragilité, qu'il se souvient que nous ne sommes que poussière"(Ps 102,14) " Rien auprès de Jésus, sécheresse !... Sommeil !... Puisque Jésus veut dormir, pourquoi l'en empêcherai-je, je suis trop heureuse qu'il ne se gêne pas avec moi, il me montre que je ne suis pas une étrangère en me traitant ainsi, car je vous assure qu'il ne me fait pas de frais pour me tenir conversation !..."*

Pourquoi de tels propos ? Parce que l'oraison n'est pas une affaire de raison mais une affaire de cœur. Toutes nos distractions ont une grande vérité. L'amour les transforme en HUMILITE, en accroissement de CONFIANCE et finalement en plus d'amour.

"Sans se montrer, sans faire entendre sa voix, Jésus m'instruit dans le secret."

### Conclusion.

Vous le comprenez, l'oraison n'est pas coupé de notre vie quotidienne. La vie chrétienne, c'est d'aimer Dieu et son prochain. L'oraison, c'est se laisser remplir de l'amour de Dieu pour qu'il déborde sur les autres.

*"L'oraison, c'est le cœur à cœur où toute l'âme s'écoule en Dieu, tandis que Dieu s'écoule en elle pour la transformer en lui."* Bienheureuse Élisabeth de la Trinité.