L'extra-ordinaire pouvoir de la prière

La prière n'est pas une récitation de paroles, ce n'est pas non plus implorer Dieu d'agir là où nous sentons impuissants en tant qu'être humain. Cette deuxième option ne serait qu'une variante du contrôle. Le contrôle que voudrait prendre le mental sur notre nature spirituelle. Prier, c'est au contraire mettre le mental au service de l'Esprit que nous sommes, au service du plan divin. C'est demander à recevoir les informations pour accomplir la volonté de Dieu. En réalité, quand quelque chose ne va pas bien, c'est que nous manquons d'informations dans notre radar : la prière nous invite à nous reconnecter avec notre foi dans le plan divin, même si nous ne le comprenons pas et n'en n'avons qu'une vision parcellaire.

> Tout désir qui appelle Dieu en nous est déjà une prière.
>
> Saint Augustin

La prière est donc plutôt une attitude humaine à cultiver en soi pour entrer en relation avec soi, avec Dieu, et même avec les autres. C'est se réjouir sous le regard de Dieu de toutes les occasions qui se présentent. Prier, c'est aussi entretenir une relation légère et spontanée avec Dieu, même quand ça va mal ! Dans la prière, la parole de Dieu prend vie en nous : elle n'a donc rien à voir avec les circonstances présentes de notre vie, c'est la vérité première qui cherche à nous guider.

1. Faire silence et se mettre à l'écoute

J'ai déjà souligné à quel point nous sommes occupés dans notre vie mais aussi à quel point nous sommes soumis au bruit : télé, vidéo, musique, autoradio, lecteur mp3... Pas beaucoup de place pour le temps libre et l'être dans la société de loisirs et de consommation, pas beaucoup de place pour le silence non plus.

Et pourtant, si nous voulons entendre la parole de Dieu, il faut bien l'écouter. Prendre le temps de la laisser arriver. Ecouter sans demander. Ecouter et accueillir, sans attente, sans idée préconçue.

À chacune et chacun d'identifier les lieux ou les moments privilégiés de sa prière. Quel que soit votre choix, toutes les formes de prière nous invitent à rejoindre « le coeur de la prière » mais

mais surtout à tenter d'identifier le fruit de la prière, quels qu'en soient le lieu et la forme.

La prière met en oeuvre trois dimensions essentielles de la foi : l'orientation qui nous « tourne vers Dieu » (« Au commencement était le Verbe, et le Verbe était tourné vers Dieu », Jean 1, 1), l'écoute qui se fait obéissance (que ta Volonté soit faite), l'interprétation de la parole de Dieu, qui nous permet de lire à la lumière de la foi tout ce que nous sommes amenés à vivre. C'est ainsi que prier est déjà en soi un fruit de l'Esprit, un lieu où la Parole prend corps.

En pratique

Prenez des temps de silence en vous et observez ce qui se passe.

Consacrez aussi du temps à l'écoute d'une oeuvre d'art : de la musique bien sûr, mais aussi une peinture, une sculpture… Toute forme d'art qui aide à trouver une attitude d'écoute, une attitude de réceptivité d'une « autre dimension ».

Prenez le temps d'entendre ce qui se dit autour de vous, ce que les gens vous disent… sans tout de suite répondre ! Si nous avons deux oreilles et une seule bouche, c'est pour une bonne raison. L'attitude de la prière, cela se joue aussi dans la vie quotidienne. Cette attitude d'écoute est d'autant plus précieuse qu'elle nous permet de faire le « petit pas de côté » qui nous est souvent nécessaire pour agrandir l'espace entre le stimulus et la réponse.

2. Accueillir l'inconnu

Le moment de prière est un moment où nous choisissons de nous extraire de notre vie quotidienne pour y entendre quelque chose de nouveau, justement parce qu'avec notre mental, on n'y arrive plus, on n'a pas accès à toutes les informations : nos émotions et nos pensées interfèrent avec le changement de paradigme nécessaire à la résolution de nos difficultés (ou plus exactement encore, de ce que nous considérons comme une difficulté). Nous avons besoin d'un regard neuf pour s'extraire de la difficulté, que ce soit pour régler le problème ou même parfois, ne plus le considérer comme un problème.
> *Exemple de l'image du papillon*

En règle générale, nous n'aimons pas trop cela, ou du moins toute une partie de notre système de croyances n'aime pas cela. Nous préférons prendre des chemins connus, que nous savons être directs et menant droit au but. C'est aussi le mental qui a du mal à aller vers ce qu'il ne connait pas et qui le dépasse. Prier, c'est avant tout sortir du « je veux que ça se passe comme ça ».

La prière n'obéit pas à un critère d'efficacité du style « cher Dieu, signez ici pour que mon plan d'action se réalise sous des auspices divines ». La prière de celui qui se met à l'écoute est plutôt faite de sentiers peu balisés. Non seulement parce que ce que nous voyons avec notre mental est limité par nos perceptions et notre système de croyances, ne nous donnant accès qu'à une seule partie des informations. Mais aussi parce que nous donnant de nouvelles informations,

c'est le chemin à suivre qui s'en trouve modifié. Nos jolis plans d'action risquent fort d'en être chamboulés...

Une autre manière de pointer cette réalité de la prière est de constater que la rencontre avec Dieu suscite plus de questions qu'elle n'apporte de réponses immédiates. Les expériences mystiques que l'on peut vivre peuvent nous sembler éloigner de la réalité quotidienne, sans réel lien pour faire le « chainon manquant ». La « réponse » de Dieu est est aussi fonction de l'aventure spirituelle de chacun. Il y aura bien sûr toute une part de mystère dans cette dimension qu'il nous est difficile à appréhender avec les yeux de la dualité.

C'est à chacun d'entre nous de construire ensuite sa vie que ce qu'il aura reçu dans la prière : encore et toujours le libre-arbitre de la destinée humaine. La parole de Dieu ne s'exécute pas, elle se vit.

Et quand c'est trop dur ? Il y a des situations où tout semble impossible. C'est même trop dur de prier tellement on est dans le chagrin, le déni, le sentiment d'injustice. Ce malheur qui vous accable, Job en a fait l'expérience : "Oh! si l'on pouvait peser mon affliction, mettre sur une balance tous les maux ensemble ! Mais c'est plus lourd que le sable des mers" (Job 6, 1). Par exemple, avoir une prière calme et pacifiée alors qu'on vient de perdre un enfant, on peut à peine y penser. Dites tout simplement, comme Job, "c'est trop dur". Sachez que c'est aussi une prière, une vraie prière, une belle prière. Elle rejoint la prière des psaumes : "Des profondeurs je crie vers toi, Seigneur, écoute mon appel" (Ps 130). C'est une vraie prière car je me tourne vers plus grand que moi, sans chercher quoi que ce soit, tant un réconfort est inespéré et même pas attendu (parfois être consolé ajouterait à notre peine).

3. Un acte d'authenticité : parler à Dieu

Prier, c'est aussi s'adresser à Dieu avec la nudité de l'Etoile. Quand nous entrons en contact avec l'Esprit que nous sommes, nous entrons en contact avec notre essence. Il ne sert à rien de vouloir se montrer sous son meilleur jour puisque cette partie de nous-même sait tout de nous. Elle connait nos souffrances et nos ombres. Nous pouvons d'autant plus exprimer qui nous sommes car nous sommes ici dans un espace d'accueil et d'amour inconditionnel : on n'est pas là pour se flageller mais bien pour s'accueillir en tant qu'être humain. Je vous invite donc à exprimer tout ce que vous avez envie d'exprimer, sa peur et sans retenue, vos véritables joies comme vos véritables peines. Bien sûr que Dieu sait tout ce que vous avez à lui raconter, puisque Dieu c'est vous, c'est une de vos dimensions, mais c'est vous-même (votre mental) qui avez besoin d'entendre qui vous êtes vraiment.

Et c'est en exprimant ainsi qui vous êtes que vous pouvez vous-même prendre conscience de qui vous êtes. C'est en exprimant vos ressentis et vos émotions sans jugement et sans honte, dans un espace de sécurité et de paix, que vous pouvez alors commencer à sortir d'un regard duel « problème-solution ».

C'est dans cet espace qu'il nous est possible d'accueillir la parole de Dieu, puisque nous n'avons plus peur de quoi que ce soit. Nous accueillons à la fois ce qui est et ce qui est possible.

4. Ecouter la parole et le mettre en pratique

Attention également à ne pas considérer la rencontre avec Dieu comme un refuge spirituel quand nous nous sentons mal dans notre vie, en décalage avec nos contemporains, déconnectés du monde, ayant du mal à vivre l'incarnation, etc.

L'attitude de la prière est plutôt celle d'aller chercher au plus près de la source ce qui cherche à se manifester à travers nous, afin d'accomplir la volonté de Dieu. Et la volonté de Dieu, c'est vivre pleinement l'incarnation dans la destinée humaine, c'est nous permettre d'embrasser pleinement notre condition humaine. La prière est donc plutôt un tremplin qui nous propulse, avec élan, dans la réalité de nos existences.

Cette exigence de la prière se traduit dans la bouche de Jésus : il s'agit d'écouter la parole ET la mettre en pratique. Les deux vont ensemble. Nous voilà prévenus.

Vous ne pouvez pas demander de regarder la vie avec un oeil neuf et repartir dans la vie avec vos yeux anciens. Vous ne pouvez pas demander un nouveau mode d'emploi plus aligné avec votre nature spirituelle, plus alignée sur le plan divin, plus lumineuse et remplie d'amour et retourner faire toujours un peu plus de la même chose.

Là encore, il faut beaucoup de courage pour sortir des sentiers battus et oser mettre en oeuvre ce qui nous a été délivré dans la prière. Si cela peut vous aider, pensez à Marie et la manière dont elle a accueilli le cadeau de Dieu avec reconnaissance. Soyez assuré que vous êtes capable d'assumer tout ce qui vous a été délivré dans la prière. Vous avez nécessairement toutes les ressources en vous pour marcher sur ce chemin, sinon, vous n'auriez pas été conduit à ce chemin.

Vous avez demandé une réponse. A vous de vous en emparer et de la faire vivre à travers qui vous êtes.

5. Donner du pouvoir à vos prières

La vie vers notre réalisation est un chemin. La mise en oeuvre de la parole recueillie dans la prière en est un également. 3 éléments peuvent nous assurer sur ce chemin :

- la foi
- l'action
- la persévérance

La foi

Après l'écoute, le regard est essentiel pour développer tout le potentiel contemplatif qui sommeille en chacun de nous : il s'agit d'apprendre à s'émerveiller de la vie. Poser sur la vie un regard emprunt de foi : croire sans voir et ne pas s'attacher au comment, voir les choses comme un chemin pour grandir, faire confiance au plan divin dont on n'a pas toutes les clés, cultiver la vision que « tout est juste » et que si je ne comprends pas pourquoi, c'est qu'il me manque des clés (acception qui n'est pas résignation).

L'action

Face aux difficultés de l'existence, la prière n'est pas un alibi commode pour ne rien faire. Elle ne remplace pas l'action : la Parole de Dieu n'est pas faite que pour être écoutée, mais pour guider notre vie et être mise au monde.

La prière est au coeur de l'action comme la sève au coeur d'un arbre. Elle exprime à la fois notre vision limitée de la vie et du monde mais aussi l'élan de chercher à se rapprocher de notre nature spirituelle profonde. Au coeur de l'action, demander l'amour du Père, la lumière du Christ et la force de l'Esprit Saint n'est ni une évasion ni une forme d'intellectualisme, mais un souffle qui permet d'avancer, soutient dans les difficultés, invite sans cesse à aller plus loin.

Loin de nous détacher du monde, la prière est un engagement de tout l'être au coeur de la vie du monde : prière vaut engagement.

Persévérer

Quand vous semez une graine, il se passe un certain temps avant que les premières pousses vertes ne sortent de terre. Et pourtant vous continuez d'arroser tous les jours : il ne vous viendrait pas à l'idée de gratter la terre pour vérifier que la graine a germé. Vous plantez, vous arrosez et vous attendez. Tout processus prend du temps.

Il y a certains processus dont le temps est connu : quand vous voulez un oeuf dur, ça prend 10 minutes à partir de l'ébullition. Mais pour tout ce qui concerne la croissance personnelle et les projets, on sait combien de temps ça a pris une fois que le processus est terminé.

Et ce temps est directement proportionnel à notre foi.

Pour vous aider à persévérer pendant que le temps passe, souvenez-vous que les petits ruisseaux font les grandes rivières et que nous avons dû apprendre à marcher avant de savoir courir.

Chaque pas compte vers la réalisation de votre objectif, il faut donc un jour commencer, même en titubant comme le fait le jeune enfant et faire tous les pas les uns après les autres, pour être certain de parvenir à destination.

6. Boucler la boucle

Si un de ces 3 éléments vous manque (foi, action, persévérance), vous pouvez revenir au numéro 1 : prier, même quand « c'est trop dur ». Vous créez ainsi une spirale infinie d'une vie alignée sur l'Esprit que vous êtes, imbriquant nos 3 dimensions : corps, mental esprit, qui est l'essence de la vie humaine.