

JOUR N°17 - COMMENT PRIER EFFICACEMENT ?

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.

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.



« Tout désir qui appelle Dieu en nous est déjà une prière. »

Saint-Augustin

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.

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.

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...

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 connaît 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.

Faire acte d'authenticité, c'est prier même 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).

4. Ecouter la parole et la 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.

« Un Dieu compréhensible ne serait pas un Dieu »

Saint-Athanase



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 équilibre. 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 (acceptation qui n'est pas résignation).

L'action

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.

La persévérance

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. Et ce temps est directement proportionnel à notre foi.

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.