

TABLE DES MATIÈRES

Hymne au Saint-Esprit	9
Préface.	11
<i>Un cœur qui écoute</i>	15
Comment te disposer à prier ?	18

Première partie

INVITATION À L'ORAISON

1. Prie comme le rocher.	25
2. Prie comme la fleur	29
3. Prie comme le roseau	37
Comment vas-tu t'y prendre pour te détendre ? ...	38
4. Prie comme les vagues de l'océan	41
Tu es habité par un souffle de vie	42
Ton souffle agit sur tes émotions	43

5. Prie comme la colombe.	45
Comment vas-tu t'y prendre pour descendre ?	46
<i>En résumé.</i>	51
<i>Un conseil.</i>	53
<i>Le triple recueillement.</i>	54

Deuxième partie

L'ORAISON DE RECUEILLEMENT

1. Prie comme Abraham	65
Alors, comment vas-tu t'y prendre ?	67
<i>La visualisation</i>	68
<i>L'échange des regards</i>	70
<i>Le nom de Yeshoua'</i>	71
<i>À l'écoute de sa Parole</i>	73
<i>Le dialogue</i>	73
<i>Le partage de ta vie ordinaire</i>	74
<i>L'adoration</i>	76
L'adoration eucharistique, un mystère du regard . . .	77
Jésus le miséricordieux	78
Le Roc de ta vie.	79
La pureté du cœur.	80
Que faire à l'adoration ?	81
2. Prie avec la Mère de Dieu.	83
Elle est plus mère que reine	85
Marie, tendresse de Dieu.	90

Marie, douceur de Dieu	92
Marie, force de ceux qui croient	95
La beauté de l'amour	97
Marie, l'écoutante	98
<i>La prière du Rosaire</i>	103
Présentation	104
<i>Mystères joyeux</i>	104
<i>Mystères lumineux</i>	105
<i>Mystères douloureux</i>	105
<i>Mystères glorieux</i>	105
La méditation	106
La prière elle-même	106
3. Prie comme un enfant	109
Le lieu du cœur	111
Les qualités d'un cœur filial	114
<i>La confiance</i>	114
<i>L'attitude d'abandon</i>	116
<i>La reconnaissance</i>	118
<i>L'émerveillement</i>	119
<i>La bienveillance</i>	120
<i>La louange et l'action de grâces</i>	122
Quand louer ?	124
Comment louer ?	124
<i>Avec toute ta vie</i>	125
<i>Par la liturgie et la prière de la communauté</i>	126
Que produit la louange ?	127
4. Prie avec saint Joseph	129
La protection	135

La croissance	138
Le combat spirituel	140
Le silence.	142
Le maître de l'oraison du cœur	144
L'unité.	145
Troisième à Saint Joseph	148
<i>Quelques modes de prière</i>	149
La bénédiction	149
La prière de demande	150
L'intercession.	150
Autres expressions de la prière.	151
<i>La prière vocale</i>	151
<i>La méditation</i>	153
<i>L'oraison</i>	153
5. Prie avec la Parole	155
Invoque le Saint-Esprit	158
Prends ta Bible et lis	158
Cherche à travers la méditation.	159
Prie le Seigneur qui t'a parlé	161
Contemple-Le.	162
Garde la Parole et mets-la en pratique.	162
<i>La méditation ignatienne</i>	165
La préparation.	166
L'entrée en prière.	166
La méditation	166
Le colloque	167
La conclusion	167

Troisième partie

VERS L'ORAISON CONTEMPLATIVE

1. Prie dans l'Esprit Saint	171
Comment t'associer à son Souffle ?	172
<i>Croire</i>	172
<i>Espérer</i>	173
<i>Aimer</i>	173
Comment reconnaître son action ?	174
<i>Quelques fruits spirituels</i>	174
2. Garde ta lampe allumée.	181
La confiance en Dieu	182
L'amour inconditionnel	186
L'humilité	188
L'adoration et la gratitude	189
Le repentir	190
Le pardon des ennemis	191
L'intercession en Église	192
3. Prie au nom de Jésus	195
Jésus se rend tout proche de nous	197
La relation de Jésus avec son Père	202
<i>Une passion d'amour</i>	203
<i>Jésus nous révèle que son Père est Don</i>	204
<i>Jésus vit librement dans une dépendance filiale</i>	205
<i>Le temps du Père</i>	206
<i>Les métanies</i>	208
Les petites métanies	209

<i>Les mots de la prière</i>	209
<i>Le sens des gestes</i>	210
<i>La place du souffle.</i>	212
Les grandes métanies.	213
Le rythme des métanies.	214
Le combat spirituel contre les passions	214
Comment s'y prendre en pratique ?	215
4. Prie avec persévérance	217
Les distractions	217
Les sécheresses	222
<i>Attention à la paresse.</i>	222
<i>L'ignorance spirituelle</i>	223
<i>La faiblesse humaine</i>	223
<i>Le clair-obscur de la foi</i>	225
<i>La purification passive</i>	225
Les tentations de l'Ennemi	227
5. L'oraison de simple présence.	233
Qu'est-ce que l'oraison de simple présence ?	233
Comment se vit-elle ?	236
Comment reconnaître que tu y es appelé ?	237
Comment reconnaître l'authenticité d'une expérience de Dieu ?	240
Le guide spirituel.	243
Une prière proposée à tous	244
La difficulté des cérébraux et des actifs	247
6. Prie ton Père	249
Entre ses mains	250

En sécurité	251
En son temps et à son Heure.	252
L'expérience de la délivrance	255
Un nom nouveau	262
Sa Présence silencieuse.	263
Tout l'Amour donné	265
7. Prie dans la Divine Trinité	269
En Dieu, une dynamique de l'amour	270
Dieu nous donne rendez-vous.	271
Prières	276
Bibliographie	279