





L'ORAISON

*Oxygène du croyant*

ISBN : 979-10-306-0488-7  
© Éditions des Béatitudes  
Société des Œuvres Communautaires, avril 2023  
Conception de la couverture :  
Philippe Guitton – Lectio Studio

Sous la direction de

P. Jacques PHILIPPE

Sr Anne de Jésus

# L'ORAISON

*Oxygène du croyant*

**EdB**



# INTRODUCTION

Père Jacques PHILIPPE

Un des plus grands services que l'on peut rendre aux hommes d'aujourd'hui, c'est d'éveiller en eux le désir de la prière personnelle, cette « oraison silencieuse » tellement recommandée par tous les saints dans la tradition chrétienne. Toutes les époques de renouveau spirituel ont d'abord commencé par un renouveau de la prière. C'est parce que des hommes et des femmes ont cherché Dieu de tout leur cœur, ont eu soif de le connaître et de l'aimer, ont voulu entrer dans son intimité et vivre une relation personnelle avec lui, que l'Église à certaines époques s'est purifiée de ses scories, a retrouvé sa ferveur, sa beauté, son dynamisme évangélisateur, sa capacité de se rendre présente aux souffrances des hommes. Ce qui pourra

renouveler l'Église et sauver le monde, c'est le contact vivant avec le mystère de Dieu dans la prière. C'est là que nous trouverons les bonnes réponses aux défis de notre temps.

Il est donc essentiel de communiquer la soif de la rencontre avec Dieu dans la prière et de donner les moyens de persévérer fidèlement dans la pratique de l'oraison, malgré les difficultés et combats que l'on y rencontre inévitablement. Les nombreuses méthodes de méditation qui sont proposées aujourd'hui manifestent une grande soif de vie intérieure. Il faut cependant des points de repère clairs et accessibles pour que cela devienne une vraie rencontre avec le Dieu vivant, source de transformation intérieure, de paix, de relation plus libre avec les autres, de croissance dans l'amour. On ne peut se contenter de quelques exercices qui, en fin de compte, ne nous font rencontrer que nous-mêmes, sans donner accès au mystère de Dieu.

Ce livre n'est pas un traité systématique sur la prière, mais il est constitué d'une suite de brefs chapitres, rédigés par différents auteurs, tous membres de la Communauté des Béatitudes. Au départ, ces textes étaient destinés à encourager et nourrir les frères et sœurs de cette communauté dans la vie d'oraison

silencieuse, dimension fondamentale de leur vocation. Nous avons pensé qu'il pouvait être utile de les publier, pour guider et encourager d'autres personnes dans leur prière personnelle. Chacun de ces chapitres contient un enseignement sur un aspect particulier de la vie d'oraison, qui aide à percevoir les enjeux essentiels de la fidélité à la prière, montre en quoi elle consiste et permet de dépasser les obstacles sur ce chemin parfois difficile. Ils contiennent aussi des citations de la riche tradition de l'Église, des conseils pratiques, des références pour approfondir chaque sujet.

Puisse ce livre aider les lecteurs à mettre en pratique l'invitation de Jésus dans l'Évangile de « *toujours prier sans se décourager* » (Lc 18, 1), à faire l'expérience de la proximité de Dieu, de sa présence en nos cœurs, à garder un contact vivant avec Celui qui est capable de renouveler toute chose, car il est « *le Chemin, la Vérité et la Vie* » (Jn 14, 6).



# POURQUOI FAIRE ORAISON ?

Joumana KHALIL

“Gloire à Celui qui jamais n’a besoin que nous le remercions, mais qui a besoin de nous chérir, qui a soif de nous aimer et qui demande que nous lui donnions pour nous donner davantage encore<sup>1</sup>. ”

Saint Éphrem

Oui, pourquoi faire oraison, alors que cette forme de prière peut être remplie d’embûches, de pauvretés, de nuits spirituelles et qu’elle demande du temps

---

1. Saint ÉPHREM, *Hymnes sur la Nativité*, Trad. F. Cassingena-Trévedy, coll. Sources chrétiennes n° 459, Paris, Cerf, 2001, p. 71.

et du souffle ? D'autres formes de prière peuvent nous sembler plus simples, plus accessibles, plus méthodiques et adaptées à notre rythme actuel.

À y regarder de près, cet appel à « un commerce intime d'amitié où l'on s'entretient souvent seul à seul avec ce Dieu dont on se sait aimé<sup>2</sup> », Dieu l'évoque souvent dans sa Parole et Jésus ne cesse d'y inviter ses amis : « *Toi, quand tu pries, entre dans ta chambre, ferme ta porte, et prie ton Père qui est là dans le lieu secret ; et ton Père, qui voit dans le secret, te le rendra* » (Mt 6, 6). Jésus nous y invite nous aussi, il nous le demande en quelque sorte, lui qui nous en a montré l'importance par son propre témoignage.

### ... Dieu me le demande

Si Dieu me le demande, comment ne pas lui faire confiance ? N'est-il pas mon Créateur, celui qui m'a modelé et qui seul sait ce dont j'ai le plus besoin pour que s'achève pleinement en moi son œuvre créatrice et sanctificatrice ?

---

2. Sainte THÉRÈSE D'AVILA, *Vie* 8, 5, dans *Œuvres Complètes*, Cerf, 1995, p. 62.

« Dieu, voulant élever les hommes jusqu'au partage de la vie divine, met en nous le désir de Le voir face à face, afin que, dans cette vision, notre âme soit consumée par Celui qui est comme un feu dévorant, et aspire toujours plus à l'union avec l'Époux : *"J'ai trouvé Celui que mon cœur aime, je L'ai saisi et ne Le lâcherai point"*<sup>3</sup>. »

S'il me le demande, c'est qu'il sait, comme une mère, ce qui répond le mieux à mon besoin le plus vital : « C'est lui qui nous fait désirer et comble nos désirs<sup>4</sup> », dira Thérèse. Oui... au fond, c'est une question de brûlure, de désir, d'amour, d'union, de soif.

### ... parce que j'ai soif de Lui

Dans une terre très souvent sèche et brûlée par le soleil, dans un désert aride et silencieux, il n'y a pas plus douloureux que l'expérience physique de la soif. Le peuple de la première alliance l'a vécu trop

---

3. COMMUNAUTÉ DES BÉATITUDES, *Livre de Vie*, n° 57.

4. Sainte THÉRÈSE DE L'ENFANT-JÉSUS ET DE LA SAINTE-FACE, *Lettre* 201, dans *Œuvres complètes*, Cerf, 2001, p. 558.

souvent et il a compris qu'elle reflète l'image du besoin le plus profond de l'âme humaine : la soif de Dieu. « *Mon âme a soif de Dieu, du Dieu vivant : Quand irai-je et paraîtrai-je devant la face de Dieu ?* » (Ps 42, 3). Beaucoup de psaumes nous en parlent, reflétant ce besoin profond qui habite notre âme, nous qui sommes faits à l'image de Dieu mais qui portons ce don dans des vases d'argile mille fois fissurés... « *Ô Dieu ! Tu es mon Dieu, je te cherche, mon âme a soif de toi, mon corps soupire après toi, dans une terre aride, desséchée, sans eau* » (Ps 63, 2). Mais Jésus le sait, il connaît le cœur de l'homme, il a visité l'abîme profond de ses sécheresses et il est venu nous indiquer la source : « *Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi et qu'il boive* » (Jn 7, 37).

La soif pousse à marcher, à chercher un puits, une source – ou à prier pour la pluie. Et, dans la Bible, le puits est ce lieu où se tissent les histoires d'amour. D'un point de vue spirituel, cette marche suscitée par la soif pousse notre volonté à rentrer dans le combat spirituel, à chercher comme l'épouse du Cantique « *celui que [son] cœur aime* », et à trouver le puits au plus profond de soi, pour y rencontrer l'AIMÉ, jouir de sa beauté et se reposer à son ombre. « Nous croyons que la vie d'oraison nous permet d'entrer