

Orientations doctrinales sur la prière chrétienne

«Mon âme a soif de Dieu, du Dieu vivant» (Ps 42, 3)

Texte traduit de l'espagnol par Jérôme Fouquet depuis le site : <https://conferenciaepiscopal.es/mi-alma-tiene-sed-de-dios-del-dios-vivo-sal-42-3-orientaciones-doctrinales-sobre-la-oracion-cristiana/>

Lors de leur réunion du 3 avril dernier, les évêques membres de la Commission épiscopale pour la doctrine de la foi ont approuvé la note doctrinale intitulée «Mon âme a soif de Dieu, du Dieu vivant (Ps 42,3). Orientations doctrinales sur la prière chrétienne». Par cette note, nous souhaitons «montrer la nature et la richesse de la prière et de l'expérience spirituelle enracinées dans la Révélation et la Tradition chrétiennes, en rappelant ces aspects qui sont essentiels; en proposant des critères qui aident à discerner quels éléments d'autres traditions religieuses aujourd'hui très répandues peuvent être intégrés dans une pratique chrétienne de la prière et lesquels [...]. Ainsi, nous voulons aider les institutions et les groupes ecclésiaux à offrir des chemins de spiritualité avec une identité chrétienne bien définie, en répondant à ce défi pastoral avec créativité et, dans le même temps, dans la fidélité à la richesse et à la profondeur de la tradition chrétienne» (n°6). La Commission permanente de la Conférence épiscopale espagnole en a autorisé la publication à sa réunion du 25 au 26 juin 2019.

I. Situation spirituelle et défis pastoraux

1. La soif de Dieu accompagne chaque être humain au cours de son existence. Saint Augustin exprime ainsi cette expérience universelle : « Tu nous as faits Seigneur, pour toi, et notre cœur est inquiet jusqu'à ce qu'il repose en toi¹ ». Toutefois, la culture et la société actuelles, caractérisées par une mentalité sécularisée, rendent difficile la culture de la spiritualité et de tout ce qui conduit à la rencontre avec Dieu. Notre rythme de vie, marqué par l'activisme, la compétitivité et le consumérisme, engendre le vide, le stress, l'angoisse, la frustration et de multiples inquiétudes que ne parviennent pas à soulager les moyens que le monde offre pour atteindre le bonheur.

2. Dans ce contexte, nombreux sont ceux qui souhaitent ardemment le silence, la sérénité et la paix intérieure. Nous assistons à la résurgence d'une spiritualité qui se présente comme une réponse à la demande croissante de bien-être émotionnel, d'équilibre personnel, de jouissance de la vie ou de sérénité pour assumer les contrariétés (difficultés) ; une spiritualité entendue comme culture de sa propre intériorité pour que l'homme se rencontre avec lui-même, et qui souvent ne mène pas à Dieu. Pour cela, de nombreuses personnes, y compris celles qui ont grandi dans un milieu chrétien, ont recours à des techniques et à des méthodes de méditation et de prière qui ont leur origine dans des traditions religieuses étrangères au christianisme et au riche patrimoine spirituel de l'Église. Dans certains cas, cela s'accompagne d'un abandon effectif de la foi catholique, même sans l'annoncer. D'autres fois, on tente d'incorporer ces méthodes comme un « complément » de sa propre foi pour en faire une expérience plus intense. Cette assimilation se fait souvent sans discernement adéquat sur sa compatibilité avec la foi chrétienne, avec l'anthropologie qui en découle et avec le message chrétien du salut.

¹ SAINT AUGUSTIN, *Confessions*, L. 1, 1, 1 ; CCL 27, 1.

3. Les questions que suscite cette situation sont nombreuses : la prière est-elle une rencontre avec soi-même ou avec Dieu? Est-ce s'ouvrir à la volonté de Dieu ou est-ce une technique pour affronter les difficultés de la vie par la maîtrise de soi, de ses émotions et de ses sentiments ? Est-ce que Dieu est la chose la plus importante dans la prière, ou bien est-ce soi-même ? Dans le cas où l'on admettrait une ouverture à un être transcendant, est-ce un être concret, ou sommes-nous devant un être indéterminé? Le chemin à Dieu que Jésus Christ nous a ouvert est-il un chemin parmi d'autres, ou est-il celui qui nous conduit au Dieu vivant et vrai ? Quelle valeur ont pour un chrétien les enseignements de Jésus sur la prière ? Quels éléments de la tradition multiséculaire de l'Église faut-il préserver ? Quels aspects propres à d'autres traditions religieuses peuvent-ils être incorporés par un chrétien dans sa vie spirituelle ? Ce sont des questions essentielles pour discerner si nous sommes face à une pratique chrétienne de la prière.

4. L'Église, consciente que le cœur de l'homme ne trouvera de repos que dans le Dieu et Père de notre Seigneur Jésus Christ, qui est le seul qui puisse satisfaire sa soif d'éternité, a le devoir de proposer le message chrétien en tout temps. L'expérience chrétienne, enracinée dans la Révélation et mûrie au cours de l'histoire, est si riche que, selon les exigences et les caractéristiques de chaque époque, certains aspects ou certains autres seront privilégiés. Lorsque la foi chrétienne constitue un postulat accepté par la majorité de la société, qui définit son identité culturelle et est source de valeurs partagées, il est logique que les débats théologiques et les questions morales occupent le centre d'intérêt dans la vie de la foi. En revanche, lorsque le fondement de la foi personnellement assumée, ou du moins culturellement partagée, fait défaut, les doctrines deviennent incompréhensibles et les exigences éthiques deviennent inacceptables pour beaucoup.

5. Le moment présent pose ses propres urgences pastorales. S'il sera toujours nécessaire de rendre raison de notre espérance (cf. 1 P 3, 15) et de présenter la bonté des exigences morales de la vie dans le Christ pour ne pas tomber dans le danger du fidéisme ou d'un christianisme réduit à un pur sentiment, dans ce contexte culturel, dans lequel tant de personnes vivent en marge de la foi, le défi fondamental consiste à montrer «aux hommes la beauté du visage de Dieu manifesté dans le Christ Jésus afin qu'ils se sentent attirés par Lui. Si nous voulons que tous connaissent et aiment Jésus Christ et, à travers lui, qu'ils puissent arriver à rencontrer personnellement Dieu, l'Église ne peut être perçue uniquement comme une éducatrice morale ou un défenseur de vérités, mais avant tout en tant que maîtresse de spiritualité et comme le lieu pour parvenir à avoir une expérience profondément humaine du Dieu vivant.

6. La Commission épiscopale pour la doctrine de la foi reçoit souvent des questions sur la véritable spiritualité chrétienne, en particulier sur les pratiques de méditation qui incorporent des méthodes et des techniques importées des grandes religions asiatiques, en alternative ou en concomitance avec la foi et la spiritualité chrétiennes. En accord avec les enseignements de l'Église², la présente note veut montrer la nature et la richesse de la prière et de l'expérience spirituelle enracinées dans la Révélation et la Tradition chrétienne, en rappelant les aspects essentiels, en offrant des critères qui permettent de discerner les éléments des autres traditions religieuses aujourd'hui très répandues pouvant être intégrés dans une pratique chrétienne de la prière de ceux qui ne le peuvent pas, et en indiquant les

² Cf. *Catéchisme de l'Église catholique* (11 octobre 1992), 4^e partie, 2558-2854 ; CONGRÉGATION POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Lettre aux évêques de l'Église catholique sur certains aspects de la méditation chrétienne – Orationis forma* (15 octobre 1989) ; CONSEIL PONTIFICAL DE LA CULTURE et CONSEIL PONTIFICAL POUR LE DIALOGUE INTERRELIGIEUX, *Jésus Christ, porteur de l'eau de la vie. Une réflexion chrétienne sur le Nouvel Âge* (3 février 2003).

causes de l'incompatibilité de certains courants spirituels avec la foi chrétienne. Ainsi, nous voulons aider les institutions et les groupes ecclésiaux à offrir des chemins de spiritualité avec une identité chrétienne bien définie, en répondant à ce défi pastoral avec créativité et, dans le même temps, dans la fidélité à la richesse et à la profondeur de la tradition chrétienne.

II. Aspects théologiques

7. Un ancien principe théologique dit : «*Lex orandi, lex credendi*», ou bien : «*Legem credendi lex statuat supplicandi*». La foi et la prière sont inséparables, car «l'Église croit comme elle prie³» et, dans sa prière, elle exprime ce qu'elle croit. C'est pourquoi, si nous voulons aborder de manière adéquate cette problématique, nous devons évoquer brièvement quelques questions théologiques qui ont trait à la christologie et à la compréhension du Salut. En effet, certaines approches au sein de l'Église ont pu favoriser l'accueil acritique de méthodes de prière et de méditation étrangères à la foi chrétienne.

8. Au cours des dernières décennies, le mystère du Christ a été au centre du débat théologique. Outre la relation de continuité entre le Jésus de l'histoire et le Christ de la foi posée par l'intégration des méthodes historico-critiques, la réalité de l'Incarnation et de la confession de Jésus Christ comme Sauveur unique et universel a revêtu une grande importance dans la réflexion christologique⁴. En ce qui concerne la double nature de l'unique Personne divine du Verbe, certains auteurs ont remis en question le caractère absolument singulier de l'événement de l'Incarnation du Fils de Dieu, en interprétant ce fait historique salvifique comme un symbole de la présence de Dieu en chaque être humain. Jésus de Nazareth ne serait pas le Fils unique de Dieu fait homme dans la plénitude des temps, mais quelqu'un en qui la présence de la divinité aurait été donnée avec plus d'intensité, mais pas de manière qualitativement différente de tout être humain. Ainsi, l'Incarnation ne serait plus un événement unique, et Jésus Christ perdrait la singularité que lui confère sa nature divine et humaine. Dans ces hypothèses, Jésus ne manquerait pas d'être un grand maître qui aurait ouvert un chemin spirituel pour que ses disciples puissent rencontrer Dieu, comme d'autres ont commencé des traditions spirituelles différentes. Ainsi, l'humanité du Christ comme chemin concret pour parvenir à Dieu perd son caractère unique et son enseignement n'a d'autre valeur que celle d'autres maîtres fondateurs de religions, auxquels Jésus est assimilé.

9. Par ailleurs, la rencontre du christianisme avec d'autres religions, notamment asiatiques, a donné lieu aux théologies du pluralisme religieux. Si, en réduisant l'Incarnation à un symbole, on dilue le caractère singulier du Fils, dans ces théologies s'estompe le visage concret du Dieu chrétien, le Père de notre Seigneur Jésus Christ. Se référer à Dieu comme Jésus l'a appelé, « mon Père et votre Père » (Jn 20, 17), serait une autre façon de parler de la divinité, tout comme d'autres religions utilisent des

³ *Catéchisme de l'Église catholique* (11 octobre 1992), 1124.

⁴ Les papes ont approuvé d'importantes déclarations de la Congrégation pour la doctrine de la foi sur ces questions : *Déclaration pour sauvegarder la foi de quelques erreurs récentes sur les mystères de l'Incarnation et de la Trinité – *Mysterium Filii Dei** (21 février 1979) ; *Déclaration Dominus Iesus sur l'unicité et l'universalité salvifique de Jésus Christ et de l'Église* (6 août 2000). La Conférence épiscopale espagnole s'est également prononcée en diverses occasions sur des questions relatives à la foi en Jésus Christ : COMMISSION ÉPISCOPALE POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Le Christ présent dans l'Église. Note doctrinale sur certaines questions christologiques et implications ecclésiologiques* (1992) ; ASSEMBLÉE PLENIÈRE DE LA CEE, *Instruction pastorale Théologie et sécularisation en Espagne* (30 mars 2006), en particulier les numéros 22-35 ; *Allez à Jésus Christ, Sauveur de l'homme et espérance du monde. Instruction pastorale sur la personne du Christ et sa mission* (21 avril 2016).

termes plus adaptés à leur contexte culturel. La Révélation qui a eu lieu en Jésus Christ ne serait pas décisive pour connaître la vérité sur Dieu. Le relativisme qui caractérise la mentalité de notre monde se déplace ainsi dans le domaine du religieux, de sorte qu'aucune religion ne peut se présenter avec une prétention de vérité. Toutes les religions sont objectivement égales en tant que voies possibles de révélation et de salut. Cette mentalité vide de son contenu la foi chrétienne et a des conséquences directes sur certains aspects fondamentaux de la vie de l'Église. Pas seulement dans la spiritualité ; pensons, par exemple, au danger que cela représente pour l'activité missionnaire, qui deviendrait inutile si le Christ n'était pas le Révélateur du Père et le Sauveur unique et universel⁵.

10. En outre, il est important de noter la substitution, dans notre culture, de l'idée chrétienne du Salut par le désir d'un bonheur immanent, d'un bien-être matériel ou du progrès de l'humanité. Ainsi, l'espérance des biens futurs est remplacée par un optimisme utopique, qui espère que l'homme pourra atteindre le bonheur par le développement scientifique ou technologique⁶. Quand on éprouve que la prospérité matérielle n'assure pas ce bonheur, on la recherche dans un subjectivisme dont l'objectif est de parvenir à être bien avec soi-même⁷. Dans les deux cas, on oublie le fait de la mort, de la douleur, de l'échec et des drames de l'histoire ; une «mondanisation» du salut se produit, et l'horizon de l'éternité qui imprègne l'existence humaine est perdu.

III. Les spiritualités qui découlent de ces doctrines

1. L'assimilation de la méthodologie du bouddhisme zen

11. Le désir de trouver la paix intérieure a favorisé la diffusion de la méditation inspirée du bouddhisme zen dans de nombreux milieux de notre société⁸. Nous ne pouvons pas entrer ici dans une analyse des différences entre les différents courants. Nous ferons plutôt référence à quelques éléments communs. Tout d'abord, la réduction de la prière à la méditation et l'absence d'un toi en tant que terme de la prière transforment ce type de pratique en un monologue qui commence et se termine au sujet lui-même. La technique zen consiste à observer les mouvements de l'esprit dans le but de pacifier la personne et de la conduire à l'union avec son être. Ainsi comprise, elle peut difficilement être

⁵ Cf. JEAN-PAUL II, *Lettre encyclique Redemptoris missio sur la validité permanente du mandat missionnaire* (7 décembre 1990), 36 ; CONGRÉGATION POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Déclaration Dominus Iesus*, 4 ; Id., *Note doctrinale sur certains aspects de l'évangélisation* (3 décembre 2007).

⁶ Cf. BENOÎT XVI, *Lettre encyclique Spe salvi sur l'espérance chrétienne* (30 novembre 2007), 22 ; CONGRÉGATION POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Lettre Placuit Deo, sur certains aspects du Salut chrétien* (22 février 2018), 6.

⁷ Sur le pélagianisme et le gnosticisme actuels, cf. FRANÇOIS, *Exhortation apostolique Gaudete et Exsultate, sur l'appel à la sainteté dans le monde d'aujourd'hui* (19 mars 2018), 36-62 ; CONGRÉGATION POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Placuit Deo*, 3 : «À notre époque prolifère une sorte de néo-pélagianisme pour lequel l'individu, radicalement autonome, prétend se sauver lui-même, sans reconnaître qu'il dépend, au plus profond de son être, de Dieu et des autres. Le Salut est alors confié aux forces de l'individu, ou des structures purement humaines, incapables d'accueillir la nouveauté de l'Esprit de Dieu. Un certain néo-gnosticisme, pour sa part, présente un Salut purement intérieur, enfermé dans le subjectivisme, qui consiste à s'élever avec l'intellect jusqu'aux mystères de la divinité inconnue».

⁸ Souvent, ces techniques de méditation, comme le *mindfulness*, tentent de cacher leur origine religieuse et se diffusent dans des mouvements qui pourraient se rassembler sous la dénomination «New Age», car elles sont proposées en alternative à la foi chrétienne.

compatible avec la prière chrétienne, dans laquelle le plus important est le Toi divin révélé dans le Christ.

12. À partir de l'idée que la souffrance a son origine dans la non-acceptation de la réalité et dans le désir qu'elle soit différente, le but de la méditation zen est cet état de calme et de paix qui est atteint en acceptant les événements et les circonstances comme ils viennent, en renonçant à tout engagement pour changer le monde et la réalité. Si, par cette méthode, la personne se contentait d'une certaine sérénité intérieure et la confondait avec la paix que seul Dieu peut donner, elle deviendrait un obstacle à la pratique authentique de la prière chrétienne et à la rencontre avec Dieu.

13. En outre, le zen élimine souvent la différence entre le sujet et ce qui lui est extérieur, entre le sacré et le profane, entre le divin et le créé. Une énergie diffuse anime toute la réalité visible et invisible, qui acquiert parfois une physionomie panthéiste. Si, à un moment donné, on fait allusion à la divinité, on ne peut pas distinguer le visage personnel du Dieu chrétien. Quand la divinité et le monde se confondent et qu'il n'y a pas d'altérité, toute prière est inutile.

14. La méditation zen est parfois pratiquée par des groupes chrétiens et des organisations ecclésiales. Certains parlent même d'un prétendu zen chrétien. En principe, cela ne présenterait pas de difficulté majeure si c'était limité à l'intégration dans la pédagogie de la prière chrétienne de certaines techniques qui prédisposent le corps et l'esprit au silence nécessaire à la prière⁹, mais, en de nombreuses occasions, cela va au-delà avec des conséquences pour la compréhension même de la prière. Comme critère de discernement, il est bon de distinguer, en premier lieu, entre les techniques concrètes et le mode. Le mode, comme itinéraire complet de méditation, est inséparable du but auquel on veut parvenir et des hypothèses anthropologiques, religieuses et théologiques dans lesquelles il naît et sur lesquelles il se fonde. En revanche, les techniques concrètes permettant d'atteindre certains états d'esprit préalables à la prière pourraient être isolées de l'ensemble du mode et de ses fondements. Il n'est pas possible qu'une prière proprement chrétienne assume globalement un mode qui ne trouve pas sa source dans la foi ou qui s'écarte de son contenu¹⁰. De même, certaines approches qui interprètent certains thèmes centraux de la foi chrétienne à partir des schémas de pensée propres au bouddhisme zen, en établissant des parallèles, ne peuvent être acceptées en l'état ; par exemple, entre le chemin du zen et Jésus comme chemin, ou entre la kénose de Dieu (le Fils de Dieu qui se vide) et le détachement radical qui se pratique dans le bouddhisme (se vider de soi-même). Ces parallèles conduisent souvent à déformer le contenu de la foi, parce qu'ils oublient que l'universalité salvifique de Jésus Christ «embrasse tous les aspects de grâce, de vérité et de révélation de sa mission¹¹».

2. Spiritualité à partir de la théologie du pluralisme religieux

15. L'étude comparative des grandes traditions religieuses a conduit à une prise de conscience des éléments communs à toutes. La difficulté naît lorsque des analyses phénoménologiques tirent des conclusions théologiques et que le pluralisme religieux de fait se transforme en un pluralisme religieux de droit. Dans un tel cas, toutes les religions seraient également des médiations de la divinité, qui se manifesterait de multiples manières dans chacune d'elles. Aucune ne pourrait prétendre à l'exclusivité

⁹ Cf. CONGRÉGATION POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Lettre Orationis forma*, 28.

¹⁰ Cf. CONGRÉGATION POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Lettre Orationis forma*, 3 : « La prière chrétienne est toujours déterminée par la structure de la foi chrétienne, en laquelle resplendit la vérité même de Dieu et de la créature. C'est pour cela qu'elle prend la forme, à proprement parler, d'un dialogue personnel, intime et profond, entre l'homme et Dieu.»

¹¹ SAINT JEAN-PAUL II, *Redemptoris missio*, 5.

ou à la totalité des autres, car toutes serviraient à accéder à la divinité et toutes seraient limitées par leurs conditionnements culturels, qui expliqueraient leurs différences.

16. Le relativisme religieux devient ainsi un critère de discernement de l'authentique spiritualité. De même que les diverses religions pourraient constituer des voies valables de salut et de connaissance de Dieu, toutes les pratiques spirituelles pourraient conduire à la rencontre avec Lui, car, si Dieu n'a manifesté pleinement son visage dans aucune d'entre elles, nous ne pourrions pas savoir quelle voie est la meilleure pour arriver à Lui. Dans cette logique, les itinéraires de vie spirituelle qui sont capables de relativiser leur identité propre pour s'enrichir des pratiques et des usages des autres, c'est-à-dire la somme des religions aurait plus de valeur que chacune prise séparément. En conséquence, une nouvelle expérience partagée du divin, fruit de la rencontre et de la conjonction de toutes les religions, serait plus complète et plus enrichissante que la proposition limitée de chacune d'elles. Au fond de cette approche, il y a une négation de toute possibilité de parvenir à une connaissance positive de Dieu, même limitée.

17. En appliquant ces principes au christianisme, la révélation du Christ apparaîtrait comme une révélation de plus, conditionnée historiquement et culturellement, et donc susceptible d'être complétée par les apports des autres expériences religieuses. La proclamation que Jésus Christ nous révèle le vrai visage de Dieu et que celui qui l'a vu a vu le Père (cf. Jn 14, 9) ne devrait pas être interprétée dans un sens exclusif, car, dans le Christ, nous ne connaissons pas plus Dieu que dans d'autres religions. Le christianisme serait appelé à se transcender pour valoriser ce qui est commun à toutes les expériences religieuses de l'humanité. Et dans ce domaine commun, chacun trouvera la vérité qui est présente dans chacune d'elles.

18. La foi chrétienne se fonde sur le fait que Dieu s'est révélé dans son Fils Jésus Christ, qui est sa propre Parole éternelle, comme Trinité aimante. Tout en affirmant les limites de nos représentations conceptuelles, nous savons que la Trinité correspond à l'être de Dieu; et que, à travers le Fils et l'Esprit, le chemin nous a été ouvert pour arriver jusqu'au Père. C'est pourquoi ces formes de spiritualité dont le parcours fait abstraction de la foi trinitaire et, en particulier de l'Incarnation, ne sont pas compatibles avec la foi chrétienne, parce qu'elles se distancient clairement de l'image chrétienne de Dieu. Une spiritualité qui se fonde sur un apophatisme radical, en excluant toute affirmation positive sur Dieu et en proposant une voie exclusivement négative pour arriver à Lui, ou qui pratique uniquement le silence suprême comme l'attitude propre devant l'absolu, n'est pas compatible avec la foi chrétienne en Dieu¹².

3. Le Christ comme simple exemple

19. L'interprétation de l'événement de l'Incarnation comme un « symbole » conduit à concevoir Jésus comme un modèle paradigmatique du chemin que chaque être humain est appelé à parcourir pour parvenir à Dieu. Le but de l'itinéraire spirituel serait l'identification avec le Divin par un processus de vidange intérieure et de don de soi qui conduit à une nouvelle façon d'être. Ce point, présent dans toutes les traditions religieuses, aurait été vécu de manière exemplaire par Jésus de Nazareth, mais ne serait pas propre et exclusif au christianisme. De plus, ce chemin serait implicitement à l'intérieur de chaque être humain, quand bien même il serait en sommeil.

20. Selon cette approche, la mission du Christ aurait été d'indiquer un chemin – qui ne serait pas le seul – pour atteindre la divinité, et à éveiller la conscience des hommes, afin qu'ils puissent mettre en lumière ce qui existait déjà en eux. Ceci conduit à une relativisation de la médiation du Fils pour le Salut et, par conséquent, de tous les éléments qui, dans l'enseignement du Christ et dans la doctrine

¹² Cf. CONGRÉGATION POUR LA DOCTRINE DE LA FOI, *Lettre Orationis forma*, 12.

de l'Église, sont proposés comme moyens concrets pour parvenir à Dieu. Ces moyens seraient des médiations de valeur secondaire qui, à mesure que l'on avance dans l'expérience spirituelle, seraient dépassées. La croissance spirituelle conduirait à relativiser les aspects concrets conditionnés historiquement et culturellement de la personne de Jésus, pour ne garder que ceux qui peuvent être valables pour tous les hommes indépendamment de leur croyance. Cela conduit à une spiritualité qui, prenant Jésus Christ comme modèle d'une manière d'être et le dépouillant des éléments historiques concrets, voit en lui la réalisation de l'idéal commun à tous les chemins spirituels de l'humanité.

IV. Éléments essentiels de la prière chrétienne

1. La prière de Jésus

21. Pour répondre à ces défis théologiques et pastoraux et discerner les éléments essentiels de la prière chrétienne, il faut d'abord tourner le regard vers Jésus Christ. Il est le seul chemin qui nous mène au Père. Ses actes et ses paroles sont la norme et la référence principale de la vie chrétienne. Dans les Évangiles, nous trouvons d'abondants témoignages sur la vie de prière du Seigneur et quelques enseignements à ce sujet. Jésus se retirait pour prier, parfois seul (cf. Mc 6, 46; Mt 14, 23) et d'autres fois, accompagné par un de ses disciples (cf. Lc 9, 28; 22, 41). Il passait parfois la nuit en prière loin des foules qui le cherchaient (cf. Lc 6, 12). Les moments de prière avant de prendre des décisions importantes dans sa mission sont particulièrement significatifs (cf. Lc 6, 12-13). Les paroles qu'il prononça sur la Croix sont sa dernière prière, par laquelle il remet sa vie entre les mains de Dieu (cf. Lc 23, 46).

22. La prière du Seigneur est l'expression de sa relation filiale avec le Père. Elle est donc adressée à Dieu et n'est jamais un exercice d'introspection qui se termine en lui-même. Le Dieu vers lequel le Seigneur s'adresse à un visage concret. Le Seigneur n'est pas venu au monde pour faire sa volonté, mais pour accomplir la volonté du Père qui l'a envoyé (cf. Jn 6, 38). Son obéissance n'est pas celle de celui qui se soumet par la force à une obligation qui lui est imposée de l'extérieur, mais qui naît de l'amour. Les moments de kénose majeure sont des occasions privilégiées, où la prière du Seigneur exprime, nourrit et vit humainement sa relation filiale avec le Père. C'est cet amour qui le conduit à vivre un don total et plénier à la mission confiée par le Père. Toutes les prières de Jésus sont l'expression d'un cœur dans lequel il n'y a pas la moindre dissociation entre amour et obéissance dans la réalisation de sa mission de Salut¹³ : sa prière jaillit de la joie de l'Esprit pour rendre grâce au Père (cf. Lc 10, 21) ; elle s'adresse au Père avec confiance avant la résurrection de Lazare (cf. Jn 11, 41-42) ; elle implore pour ses disciples afin que le monde croie (cf. Jn 17) ; elle procède de son cœur quand Il accepte de boire la coupe de la croix au moment de la passion (cf. Lc 22, 42) ; elle demande au Père le pardon pour ses bourreaux du supplice de la croix (cf. Lc 23, 34), etc.

23. Dans la prière du Seigneur, ce qui est central ce ne sont pas ses désirs ni la réalisation d'un bonheur terrestre en marge de Dieu, mais la communion avec le Père. Le critère d'authenticité de la prière chrétienne est la confiance filiale en Dieu, pour accepter que l'on fasse toujours sa volonté, sans jamais douter de Lui et en se mettant au service de son plan de Salut. Vivre comme si Dieu n'existait pas est le plus grand écueil de la prière.

2. L'enseignement de Jésus sur la prière

¹³ Cf. *Catéchisme de l'Église catholique*, 2603 : «Son tressaillement "Oui, Père !" exprime le fond de son cœur, son adhésion au "bon plaisir" du Père, en écho au "Fiat" de Sa Mère lors de sa conception et en prélude à celui qu'il dira au Père dans son agonie. Toute la prière de Jésus est dans cette adhésion aimante de son cœur d'homme au "mystère de la volonté" du Père (Ep 1, 9).»

24. En ce temps où il semble que, pour beaucoup, le premier problème de la prière soit la question des techniques pour y entrer, il est frappant que Jésus n'ait pas donné beaucoup d'instructions à ce sujet. Pour lui, la simplicité extérieure et la sincérité intérieure sont plus importantes. Telle est la clé pour comprendre les brèves indications du Seigneur aux disciples sur la façon de prier que nous trouvons dans les textes évangéliques : on ne peut pas séparer la vie et la prière (cf. Mt 7, 21) ; c'est pourquoi, pour présenter l'offrande à l'autel, il faut être en paix avec ses frères (cf. Mt 5, 23-25) ; la prière qui naît de l'amour de Dieu comprend la prière pour les persécuteurs (cf. Mt 5, 44) ; pour prier dans le secret, là où seul le Père le voit, il ne faut pas beaucoup de paroles (cf. Mt 6, 6-8) ; demander pardon à Dieu exige de pardonner du fond du cœur aux ennemis (cf. Mt 6, 14-15) ; pour que la prière soit efficace, il faut avoir confiance que ce qui a été demandé a déjà été reçu (cf. Mc 11, 24) ; il faut toujours prier sans se lasser (cf. Lc 11, 5-13; 18, 1) la prière qui arrive à Dieu naît d'un cœur humble (cf. Lc 18, 9-14) ; le chrétien prie au Nom de Jésus (cf. Jn 14, 13-14).

25. Parmi tous les enseignements de Jésus sur la prière se détache le Notre Père (cf. Mt 6, 9-13 ; Lc 11, 1-4). La prière du Seigneur est la prière propre du Fils ; celle des disciples, celle de ceux qui, par grâce, sont fils dans le Fils et peuvent donc s'adresser à Dieu en l'appelant Père. Le chrétien prie le Notre Père avec les mêmes sentiments filiaux que ceux du Christ, qui n'est pas venu pour faire sa volonté, mais pour accomplir la volonté du Père qui l'avait envoyé. Les trois premières demandes orientent le cœur du chrétien vers Dieu à partir des mêmes attitudes d'amour et d'obéissance du Christ. Si «l'amour est de penser d'abord à Celui que nous aimons¹⁴», la première chose qui ressort dans la prière n'est pas le «moi» ; du disciple, mais le désir que le nom «de Dieu» soit sanctifié, que son règne vienne et que sa volonté, qui n'est autre que «tous les hommes se sauvent et parviennent à la connaissance de la vérité» (1Tim 2, 2-3), soit faite sur la terre comme au ciel. Pour le disciple qui vit avec l'ardent désir de rechercher le Royaume de Dieu et sa justice (cf. Mt 6, 33), c'est ce désir qui est premier dans l'expression de sa prière qui devient un cri d'amour pour Dieu et de confiance en lui.

26. Les quatre autres demandes de la prière du Seigneur naissent d'un cœur qui se sait pauvre et qui s'adresse avec espérance au Père miséricordieux dans une attitude suppliante, en implorant pour ses propres besoins et ceux des autres¹⁵. Le disciple n'est pas en dehors du monde, mais il sait que, malgré toutes ses richesses possibles, il est une créature qui a besoin de la providence et de l'amour du Père. De sa pauvreté et de sa fragilité, il demande pour «nous», pour tous les hommes du monde, afin que Dieu les soutienne au temps du pèlerinage, pardonne leurs fautes, leur donne force dans la tentation et les libère du Malin, la plus grande menace pour le Salut de l'humanité, ainsi que l'origine de tous les maux dont il est l'auteur et l'instigateur.

¹⁴ Cf. *Catéchisme de l'Église catholique*, 2804.

¹⁵ Cf. FRANÇOIS, *Gaudete et exultate*, 154. La supplication est l'expression d'un cœur confiant en Dieu, qui sait que seul il est impuissant. Dans la vie du peuple fidèle de Dieu, nous trouvons beaucoup de supplications débordantes d'une tendresse croyante et d'une confiance profonde. N'ôtons pas de la valeur à la prière de demande, qui bien des fois donne de la sérénité à notre cœur et nous aide à continuer de lutter avec espérance. La supplication d'intercession a une valeur particulière, car c'est un acte de confiance en Dieu et en même temps une expression d'amour du prochain. Certains, par préjugés spiritualistes, croient que la prière devrait être une pure contemplation de Dieu, sans distractions, comme si les noms et les visages des frères étaient une perturbation à éviter. Au contraire, la réalité, c'est que la prière sera plus agréable à Dieu et plus sanctifiante si, à travers elle, par l'intercession, nous essayons de vivre le double commandement que Jésus nous a donné. L'intercession exprime l'engagement fraternel envers les autres quand grâce à elle nous sommes capables d'intégrer la vie des autres, leurs plus pressantes angoisses et leurs plus grands rêves. Recourant aux paroles bibliques, on peut dire de celui qui se dévoue généreusement à intercéder : «Celui-ci est l'ami de ses frères, qui prie beaucoup pour le peuple» (2 M 15, 14).

27. La prière du Seigneur constitue le modèle et la norme de la prière authentiquement chrétienne, car, selon les paroles de saint Augustin, «Si tu passes par toutes les prières des Saintes Écritures, je crois que rien ne se trouvera de plus qui ne soit déjà compris dans cette prière du Seigneur». C'est pourquoi s'il y a la liberté de dire ces choses dans la prière avec ses propres mots, il ne doit pas y avoir de liberté pour dire des choses différentes¹⁶.

3. Le but de la prière chrétienne

28. «Pour ton immense gloire, nous te louons, nous te bénissons, nous t'adorons, nous te glorifions, nous te remercions. La prière chrétienne est un geste gratuit de reconnaissance envers Dieu et ne peut être instrumentalisée à d'autres fins. Le centre et le but sont toujours Dieu, à la rencontre duquel s'achemine la vie de l'homme. Sans foi, espérance et charité, nous ne pouvons pas arriver à Lui, et sans prière nous ne pouvons pas croire, espérer et aimer. Dans les paroles de saint Augustin, la foi, l'espérance et la charité conduisent jusqu'à Dieu, celui qui prie, c'est-à-dire celui qui croit, espère et désire¹⁷».

29. Le disciple sait qu'ayant suivi le Seigneur, son présent et son avenir, comme celui de son Maître, sont entre les mains du Père. Cela lui donne une grande confiance au milieu des épreuves et des difficultés de la vie, parce cela lui permet «de ne pas marcher écrasé», ni «de trop se soucier» de son corps, de son vêtement, de sa nourriture ou du lendemain (cf. Mt 6, 25-34). De cette façon, la vie devient un authentique chemin de foi et de confiance en Dieu¹⁸. Cette attitude fondamentale s'exprime et se nourrit de la prière, dans laquelle on entre à son tour par la porte étroite de la foi, qui n'est rien d'autre qu'une adhésion filiale à Dieu, au-delà de ce que nous ressentons et comprenons¹⁹. Par cette adhésion filiale, le croyant ne doute pas de la vérité de sa Parole et de ses promesses, il a confiance en Lui et il Lui obéit. Cette audace filiale²⁰ est mise à l'épreuve principalement dans les difficultés et conduit à vivre avec l'assurance que, si jamais Dieu ne donne pas ce que nous lui demandons, ce n'est pas parce qu'il nous a oubliés, mais parce qu'Il veut nous donner des «biens supérieurs²¹». Si la prière est un acte de confiance en Dieu, la persévérance en elle est le signe le plus clair d'une foi vivante, car prier, c'est «frapper avec un cœur persévérant et plein d'affection à la porte de Celui qui nous écoute²². L'abandon de la prière, au contraire, est la manifestation d'une foi faible et inconstante. Conscient de la faiblesse et de la fragilité de sa foi, le chrétien sait qu'il a besoin de prier pour que le Seigneur accroisse sa foi et lui accorde la grâce de persévérer en elle.

30. La prière est nécessaire pour grandir dans l'espérance²³. Tous les êtres humains ont de petits espoirs dans leur cœur. En réalité, tous ces désirs renvoient à quelque chose de plus fondamental qui les explique tous : «Au fond, nous ne voulons qu'une chose, la "vie bienheureuse", la vie qui est simplement vie, qui est simplement le bonheur²⁴». Dans leurs petites espérances de la vie quotidienne, les êtres humains projettent leur désir de bonheur et de salut, leur espérance de parvenir à une vie en plénitude. Le but véritable est la Vie éternelle qui, dans les paroles du Seigneur, consiste en ce que «vous connaissiez votre seul vrai Dieu et votre envoyé, Jésus Christ» (Jn 17, 3). Ce n'est que dans la connaissance de Dieu et de Jésus Christ que seront remplies toutes les aspirations de l'être humain :

¹⁶ SAINT AUGUSTIN, Lettre 130, à *Proba*, 12.

¹⁷ *Ibid.*, 13.

¹⁸ Cf. *Catéchisme de l'Église catholique*, 2656, 2609.

¹⁹ *Ibid.*, 2609.

²⁰ *Ibid.*, 2610.

²¹ SAINT AUGUSTIN, Lettre 130, à *Proba*, 14.

²² *Ibid.*, 10.

²³ Cf. BENOÎT XVI, *Spe salvi*, 32 : «La prière est l'un des lieux privilégiés pour l'apprentissage de l'espérance.»

²⁴ *Ibid.*, 11.

«Celui qui ne connaît pas Dieu, même s'il a de multiples espérances, est au fond sans espérance, sans la grande espérance qui soutient toute la vie²⁵». La prière est le lieu privilégié pour maintenir l'espérance et y croître, même dans les situations où il semble humainement qu'il n'y a plus de raison d'espérer. Dans ces moments, la prière nous donne la certitude que nous ne sommes pas seuls, que nous sommes écoutés, qu'il y a une espérance absolue, même si beaucoup des attentes concrètes et partielles qui jalonnent notre vie ne se réalisent pas. En outre, la prière nous fait grandir dans le désir de la Vie éternelle, purifie notre cœur et l'élargit pour qu'elle soit en mesure de recevoir le don promis²⁶. Nous devons prier pour nous concentrer sur le véritable but de l'espérance, pour persévérer en elle et nous préparer à accueillir le don de Dieu²⁷.

31. Pour Sainte Thérèse d'Avila, la prière, c'est «traiter d'amitié, étant souvent seul avec celui qui sait qu'il nous aime²⁸». En se souvenant de l'amour de Dieu, on grandit dans l'amour de Dieu, car «l'amour naît de l'amour²⁹». Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus décrit son expérience de prière par ces simples paroles : «Pour moi, la prière est un élan du cœur, un simple regard lancé au ciel, un cri de gratitude et d'amour tant au milieu de la souffrance qu'au milieu de la joie. En un mot, c'est quelque chose de grand, quelque chose de surnaturel qui dilate mon âme et me lie à Jésus³⁰». Cet amour «a été répandu dans nos cœurs par l'Esprit Saint qui nous a été donné» (Rm 5, 5). L'Esprit est le Don dont le Seigneur voulait susciter le désir dans le cœur de la Samaritaine en lui disant : «Si tu connaissais le don de Dieu...» (Jn 4, 10). Il sème en nous la semence de l'amour de Dieu qui se nourrit dans la prière et qui est aussi le maître intérieur pour nous conduire au Père : «L'Esprit vient en aide à notre faiblesse, car nous ne savons pas demander ce qui nous convient ; mais l'Esprit lui-même intercède pour nous avec des gémissements ineffables» (Rm 8, 26). Envoyé dans nos cœurs, il nous fait crier «Abba» (cf. Rm 8, 14-16; Gal 4, 6). La vie de prière est l'œuvre de l'Esprit Saint dans le cœur du croyant. Il nous guide intérieurement, afin que nous entrions au plus profond de la vie même du Dieu Trinitaire qui est Amour. Dans l'Esprit et par le Christ, nous nous adressons au Père. La forme trinitaire est aussi essentielle dans la prière chrétienne que dans la profession de foi. Le Dieu dans lequel l'homme trouvera le repos n'est pas un être impersonnel, mais le Père qui s'est approché de nous dans le Fils et dans l'Esprit, afin que nous puissions partager avec Lui la grandeur de son amour.

32. En grandissant dans la foi, l'espérance et l'amour de Dieu par la prière, le chrétien progresse dans l'expérience de sa relation filiale avec Lui. Or, nous ne pouvons pas oublier que, lorsqu'elle est authentique, la prière chrétienne porte avec elle inséparablement l'amour de Dieu et l'amour du prochain. La relation sincère avec Dieu doit se vérifier dans la vie³¹. Il est d'un culte vide et d'une fausse

²⁵ *Ibid.*, 27.

²⁶ Cf. *ibid.*, 33 : «[Augustin] définit la prière comme un exercice du désir. L'homme a été créé pour une grande réalité, pour Dieu Lui-même, pour être comblé par Lui. Mais son cœur est trop petit pour la grande réalité qui lui est donnée. Il doit être élargi. "Dieu, en ralentissant, élargit le désir, par le désir, élargit l'âme et, en l'élargissant, la rend capable" (*Homélie sur la Première Lettre de saint Jean*).»

²⁷ Cf. *ibid.*, 34 : «Ainsi, nous devenons capables de la grande espérance et nous devenons ministres de l'espérance pour les autres : l'espérance au sens chrétien est toujours espérance pour les autres.»

²⁸²⁸ SAINTE THÉRÈSE D'AVILA, *Livre de vie*, 8, 5.

²⁹ *Ibid.*, 22, 4.

³⁰ SAINTE THÉRÈSE D'AVILA, *Manuscrits autobiographiques*, Manuscrit C, 25r-25v.

³¹ Le pape François, dans son exhortation apostolique *Gaudete et exsultate*, y insiste à plusieurs reprises : « La prière est précieuse si elle nourrit un don quotidien d'amour. Notre culte plaît à Dieu quand nous y portons les tentatives de vivre avec générosité et quand nous laissons le don de Dieu que nous recevons en Lui se manifester dans le don aux frères... La meilleure façon de discerner si notre chemin de prière est authentique sera de regarder dans quelle mesure notre vie se transforme à la lumière de la miséricorde" (104-105 ; cf. aussi 26, 100). Cf. BENOÎT XVI, *Lettre encyclique Spe salvi*, 33 : «Prier ne signifie pas sortir de l'histoire et se retirer dans le coin

pitié celui qui se désintéresse des besoins des autres. C'est pourquoi toute forme de spiritualité qui comporte un mépris de notre monde et de son histoire, en particulier de ceux qui souffrent le plus, n'est pas conforme à la foi chrétienne. La vérité de la prière chrétienne et de l'amour pour Dieu auquel elle conduit se manifeste dans l'amour et le dévouement à nos frères. Le précepte de l'amour de Dieu et du prochain anime également la mission évangélisatrice de l'Église, afin que tous les hommes soient sauvés, selon la volonté divine³². C'est pourquoi la prière et la charité sont l'âme de la mission, qui nous exhortent à partager la joie de l'Évangile, le trésor de la rencontre avec le Christ³³.

4. La forme ecclésiale de la prière

33. Quand le chrétien prie, il le fait toujours en tant que membre du Corps mystique du Christ qui est l'Église. Il reçoit d'elle inséparablement la vie de la grâce et le langage de la foi : comme une mère qui enseigne à ses enfants à parler et à communiquer, l'Église, notre Mère, nous enseigne le langage de la foi pour nous introduire dans l'intelligence et dans la vie de la foi³⁴. Si l'Église est le lieu où l'on reçoit la foi, c'est aussi le milieu privilégié où l'on apprend à prier : «pour une transmission vivante (la Sainte Tradition), l'Esprit Saint, dans l'Église croyante et priante, enseigne à prier les fils de Dieu³⁵». Et de même que la transmission de la foi n'est possible qu'en apprenant son langage, ainsi l'apprentissage de la prière demande de prier avec l'Église et dans l'Église : dans la tradition vivante de la prière, chaque Église propose à ses fidèles le langage de sa prière³⁶. L'apprentissage de la prière n'est possible que dans le cadre de l'initiation chrétienne, qui doit commencer au sein de la famille, où «la foi se mêle au lait maternel³⁷».

34. Pour assimiler le langage ecclésial de la prière, il faut en premier lieu la lecture assidue de l'Écriture, laquelle «doit accompagner la prière pour que se réalise le dialogue de Dieu avec l'homme³⁸», car nous parlons à Dieu quand nous prions, nous écoutons Dieu quand nous lisons ses Paroles divines³⁹. La prière chrétienne est initiative de Dieu et écoute de l'homme. En cela, elle se distingue radicalement de tout autre type de méditation⁴⁰. Dès ses débuts, la communauté chrétienne a prié avec les Psaumes, les appliquant au Christ et à l'Église : dans leur variété, ils reflètent tous les sentiments et les situations de la vie de Jésus et de ses disciples⁴¹. La pratique de la *lectio divina*, recommandée par l'Église, introduit le croyant dans l'histoire du Salut et personnalise la relation salvifique de Dieu avec son peuple. Le langage ecclésial de la prière se trouve surtout dans la sainte liturgie. Le croyant «intériorise et

privé de son propre bonheur. Dans la prière, l'homme doit apprendre ce qu'il peut vraiment demander à Dieu, ce qui est digne de Dieu.»

³² Cf. CONCILE VATICAN II, *Apostolicam actuositatem*, sur l'apostolat des laïcs, 3.

³³ Cf. FRANÇOIS, Exhortation apostolique *Evangelii gaudium*, 8 : « Ce n'est que grâce à cette rencontre – ou nouvelle rencontre – avec l'amour de Dieu, qui devient une amitié joyeuse, que nous sommes rachetés de notre conscience isolée et de notre auto référence. C'est là que se trouve la source de l'action évangélisatrice. Car si quelqu'un a accueilli cet amour qui lui redonne le sens de la vie, comment peut-il s'empêcher de le communiquer aux autres ? »

³⁴ *Catéchisme de l'Église catholique*, 171.

³⁵ *Ibid.* 2651.

³⁶ *Ibid.* 2663 ; cf. BENOÎT XVI, *Spe salvi*, 34 : « Elle doit être guidée et éclairée encore et encore par les grandes prières de l'Église et des saints, par la prière liturgique, dans laquelle le Seigneur nous enseigne constamment à prier correctement. »

³⁷ FRANÇOIS, Homélie de la messe au parc de los Samanes, Guayaquil (6 juillet 2015).

³⁸ *Catéchisme de l'Église catholique*, 2653.

³⁹ CONCILE VATICAN II, *Constitution dogmatique Dei Verbum, sur la Révélation divine*, 25.

⁴⁰ Cf. FRANÇOIS, *Gaudete et exultate*, 149 : « La prière confiante est une réaction du cœur qui s'ouvre à Dieu face à face, où se taisent toutes les rumeurs pour écouter la douce voix du Seigneur qui résonne dans le silence. »

⁴¹ Cf. SAINT AMBROISE, *Commentaire sur le Psaume 1* : CSEL 64, 7.9-10.

assimile⁴²» la liturgie pendant et après sa célébration. Ainsi, en unissant la prière personnelle et la liturgie, il évite de tomber dans le danger d'un subjectivisme qui réduit la prière à un simple sentiment sans contenu objectif. Le centre de la vie liturgique est constitué par le sacrement de l'Eucharistie, «source et sommet de toute la vie chrétienne⁴³» et donc prière la plus importante de l'Église. La rencontre sacramentelle avec l'Amour de Dieu dans sa Parole et dans le Corps et le Sang du Christ qui se vit dans la messe se prolonge dans l'adoration eucharistique⁴⁴. Le langage ecclésial de la prière s'acquiert également en entrant en contact avec les témoins qui, sous l'action de l'Esprit Saint, ont rendu possible la tradition vivante de la prière, pour le témoignage de leur vie, par la transmission de leurs écrits et par leur prière aujourd'hui⁴⁵. Il n'y a certainement pas une seule spiritualité chrétienne. Au cours de l'histoire de l'Église, diverses spiritualités se sont développées. Elles participent toutes à la tradition vivante de la prière et sont des guides indispensables pour les fidèles. Dans leur riche diversité, elles reflètent la lumière pure et unique de l'Esprit Saint⁴⁶.

35. La chose la plus importante dans la prière «est la présence du cœur devant Celui à qui nous parlons dans la prière⁴⁷». Si la nature humaine lie le corps et l'esprit, l'être humain a besoin d'exprimer extérieurement ses sentiments. La prière vocale, si pleinement humaine, est un élément indispensable de la vie chrétienne⁴⁸. On ne peut pas lui opposer la prière intérieure. L'une et l'autre ont besoin de l'une et de l'autre, car les êtres humains ne peuvent se passer du langage pour penser et s'exprimer ; parce que la prière vocale, dans la mesure où elle aide celui qui prie à prendre conscience de Celui à qui il parle, «devient une première forme de prière contemplative⁴⁹». L'invocation du nom de Jésus, si enracinée dans l'Orient chrétien, a été à juste titre appelée «la prière du cœur», car personne ne peut prononcer avec les lèvres le nom de Jésus sans avoir son Esprit (cf. 1 Co 12, 3)⁵⁰. À côté de la prière vocale, il y a la méditation. En elle, celui qui prie cherche à comprendre les exigences de la vie chrétienne et à répondre à la volonté de Dieu. La méditation chrétienne ne consiste pas seulement à analyser les mouvements de l'intérieur, elle ne finit pas en soi, mais elle naît de la confrontation de sa propre vie avec la volonté de Dieu, que l'on cherche à connaître à travers les œuvres de la création et de sa Parole, pleinement révélée dans le Christ. Dans la contemplation, les paroles et les pensées font place à l'expérience de l'Amour de Dieu : le priant centre son regard de foi et son cœur sur le Seigneur et grandit dans son amour. C'est pourquoi la prière contemplative est, à proprement parler, la prière du fils de Dieu, du pécheur pardonné qui consent à accueillir l'amour avec lequel il est aimé et qui veut Lui répondre en L'aimant encore plus⁵¹» c'est en même temps «l'expression la plus simple du mystère de la prière⁵²» et son sommet, parce qu'en elle, nous arrivons à l'union avec Dieu dans le Christ.

⁴² *Catéchisme de l'Église catholique*, 2655.

⁴³ CONCILE VATICAN II, *Constitution dogmatique Lumen gentium sur l'Église*, 11.

⁴⁴ Cf. FRANÇOIS, Catéchèse (15 novembre 2017) ; cf. *Catéchisme de l'Église catholique*, 2643 : «L'Eucharistie contient et exprime toutes les formes de prière : elle est l'«offrande pure» de tout le Corps du Christ à la gloire de son Nom (cf. Mt 1, 11) ; elle est, selon les traditions de l'Orient et de l'Occident, «le sacrifice de louange».»

⁴⁵ *Catéchisme de l'Église catholique*, 2683.

⁴⁶ *Ibid.*, 2684.

⁴⁷ *Ibid.*, 2700.

⁴⁸ *Ibid.*, 2701.

⁴⁹ *Ibid.* 2704.

⁵⁰ Parmi les pratiques de prière vocale recommandées par l'Église, il faut mentionner la récitation du Saint Rosaire : SAINT PAUL VI, *Exhortation apostolique Marialis cultus, pour l'ordination et le développement du culte de la Très Sainte Vierge Marie* (2 février 1997) ; SAINT JEAN-PAUL II, *Lettre apostolique Rosarium Virginis Mariae, sur le Saint Rosaire* (16 octobre 2002).

⁵¹ *Catéchisme de l'Église catholique*, 2712.

⁵² *Ibid.*, 2713.

36. La prière est aussi un combat⁵³ et un effort pour surmonter les difficultés qui apparaissent sur le chemin. Pour aider à persévérer sur le chemin de la prière et en surmonter les obstacles, les grands maîtres de la spiritualité chrétienne ont suggéré diverses techniques et ont décrit les diverses étapes. En ce qui concerne les techniques, auxquelles on accorde aujourd'hui tant d'importance, nous devons rappeler à nouveau que ce qui compte ce n'est pas tant la forme de la prière, mais le fait qu'elle soit l'expression d'une vie en vérité. Quoi qu'il en soit, la prière chrétienne a été la source de plusieurs méthodes pour se mettre en présence de Dieu par des attitudes corporelles et mentales, qui ne prétendent pas simplement découvrir des virtualités cachées dans la personne, mais s'ouvrir en humilité au Christ et à son Corps mystique, qui est l'Église⁵⁴. Ces techniques, comme celles qui proviennent de traditions étrangères au christianisme, peuvent constituer un moyen adéquat pour aider la personne qui prie à être intérieurement détendue devant Dieu, même au milieu des sollicitations extérieures⁵⁵. Mais on ne peut jamais confondre les sensations de calme et de détente ou les sentiments gratifiants qui produisent certains exercices physiques ou psychiques avec les consolations de l'Esprit Saint. Cela constitue une manière totalement erronée de concevoir le chemin spirituel⁵⁶.

37. En ce qui concerne les étapes sur le chemin de perfection, de nombreuses écoles de spiritualité chrétienne ont adopté le schéma des trois voies (purification, illumination et union). Ce schéma doit toujours être compris selon les fondements de la foi chrétienne : la recherche de Dieu par la prière doit être précédée et accompagnée de l'ascèse et de la purification de ses péchés et de ses erreurs, car, selon la parole de Jésus, seuls «les cœurs purs verront Dieu⁵⁷» (Mt 5, 8). Celui qui s'est purifié, par l'illumination de la foi, qui aide à comprendre la dimension la plus profonde des mystères confessés et célébrés par l'Église, est conduit à la connaissance intérieure du Christ, qui ne consiste pas seulement à savoir des choses sur lui, mais en une connaissance imprégnée par la charité. Enfin, le chrétien qui persévère dans la prière peut, par la grâce de Dieu, acquérir une expérience particulière d'union. Celle-ci est inséparable et se fonde toujours sur l'union avec Dieu qui se réalise objectivement dans le sacrement qu'est l'Église, Corps du Christ, comme le démontre la tradition des grands saints. Tout mysticisme qui, refusant la valeur des médiations ecclésiales, oppose l'union mystique avec Dieu à celle qui se réalise dans les sacrements, en particulier dans le baptême et l'Eucharistie ou qui conduit à penser que les sacrements sont inutiles pour les personnes «spirituelles», ne peut pas être considéré comme chrétien.

38. La Très Sainte Vierge Marie, Mère et modèle éminent de l'Église, est également pour tous les chrétiens un exemple parfait de prière. Dans le temps qui précède l'Annonciation, sa prière l'amène à prêter attention aux choses de Dieu et à grandir dans le désir de se donner totalement à Lui dans l'accomplissement de sa volonté ; quand elle reçoit l'annonce de l'Ange, elle exprime son

⁵³ Cf. FRANÇOIS, *Exhortation apostolique Gaudete et Exsultate*, 158-162 : «La vie chrétienne est un combat permanent... Pour le combat, nous avons les armes puissantes que le Seigneur nous donne : la foi qui s'exprime dans la prière, la méditation de la Parole de Dieu, la célébration de la Messe, l'adoration eucharistique, la réconciliation sacramentelle, les œuvres de charité, la vie communautaire, l'engagement missionnaire.»

⁵⁴ SAINT JEAN-PAUL II, *Homélie pour le quatrième centenaire de la mort de sainte Thérèse de Jésus*, Avila (1^{er} novembre 1982).

⁵⁵ *Lettre Orationis formas*, 28.

⁵⁶ *Ibid.*

⁵⁷ *Ibid.* 18 ; cf. BENOÎT XVI, *Spe salvi*, 33 : «Il doit purifier ses désirs et ses espérances. Il doit se libérer des mensonges cachés par lesquels il se trompe lui-même : Dieu les scrute, et la confrontation avec Dieu oblige l'homme à les reconnaître aussi... La rencontre avec Dieu éveille ma conscience afin que celle-ci ne m'offre plus une auto-justification ni un simple reflet de moi-même.»

consentement pour que s'accomplisse en elle la Parole qui lui a été annoncée et elle s'offre à Dieu comme son humble servante (cf. Lc 1, 38) ; dans son cantique de louange, elle manifeste sa joie dans le Seigneur, non seulement pour ce qu'Il a fait en elle, mais parce qu'en son Fils se réalise le Salut de toute l'humanité (cf. Lc 1, 46-55) ; dans les événements de l'enfance du Seigneur, elle conservait et méditait tout dans son cœur (cf. Lc 2, 19), elle accueillait les grâces que Dieu lui donnait par l'intermédiaire de son Fils et s'apprêtait à répondre avec plus de générosité ; en regardant Jésus Christ, elle voyait dans une attitude contemplative le Fils de Dieu fait homme, et elle était introduite comme personne ne l'a jamais été dans la vie même de la Trinité ; à Cana de Galilée, elle se montre comme une médiatrice efficace devant son Fils, et son intercession permet que le Seigneur commence à réaliser les signes qui manifestent l'arrivée de l'heure du Salut (cf. Jn 2, 1-10) ; au pied de la croix, elle fait siennes les paroles de Jésus et, dans son cœur, elle les transforme en sa propre prière ; dans l'attente de l'Esprit Saint, elle prie avec l'Église (Ac 1, 14) en faisant siens tous ses besoins, et prie pour elle, afin qu'elle ne faillisse pas dans sa mission. À travers son témoignage, elle a été pour tant de maîtres de prière le véritable modèle de disciple priant.

Conclusion

39. «La gloire de Dieu c'est l'homme vivant, et la vie de l'homme c'est la vision de Dieu⁵⁸». La soif de Dieu qui accompagne l'existence de chaque être humain sera finalement rassasiée quand il pourra Le contempler face à face. Entre-temps, la prière, expression de ce désir de Dieu «au milieu de notre vie quotidienne⁵⁹», est nécessaire pour persévérer sur le chemin de la sainteté⁶⁰, à laquelle nous sommes tous appelés par la volonté de Dieu (cf. 1 Th 4, 3) et sans laquelle personne ne verra le Seigneur (cf. He 12, 14). C'est le véritable but de toute introduction à la vie de prière.

40. Dans cette note, nous avons voulu rappeler les éléments essentiels indispensables à l'initiation à la prière chrétienne. Nous exhortons donc les prêtres, les personnes consacrées, les catéchistes, les familles chrétiennes, les groupes paroissiaux et les mouvements apostoliques, les responsables pastoraux des centres éducatifs, ceux qui sont à la tête de maisons et de centres de spiritualité, dont la mission dans l'Église est d'aider les chrétiens à grandir dans la vie intérieure, à tenir compte de ces principes et à ne pas se laisser aller, «à des doctrines compliquées et étranges» (He 13, 9) qui désorientent l'être humain de la vocation ultime à laquelle il a été appelé par Dieu et conduisent à la perte de la simplicité évangélique, qui est une caractéristique fondamentale de la prière chrétienne.

Madrid, le 28 août 2019, fête de saint Augustin d'Hippone.

Président : S.E. et Rv. Enrique Benavent Vidal, évêque de Tortosa

Membres : S.E. et Rv

Augustin Cortés Soriano, évêque de Sant Feliu de Llobregat

Luis Quinteiro Fiuza, évêque de Tui-Vigo

José María Yanguas Sanz, évêque de Cuenca

Juan Antonio Martínez Camino, S.J., évêque auxiliaire de Madrid

Alfonso Carrasco Rouco, évêque de Lugo

François Simon Conesa Ferrer, évêque de Minorque

⁵⁸ SAINT IRÉNÉE DE LYON, *Traité contre les hérésies*, IV, 20, 7 : PG 7, 1037.

⁵⁹ FRANÇOIS, *Gaudete et exultate*, 149.

⁶⁰ *Ibid.* 147 : «La sainteté est faite d'une ouverture habituelle à la transcendance, qui s'exprime dans la prière et dans l'adoration... Je ne crois pas à la sainteté sans prière.»