

# La prière

Nous nous proposons dans cet article d'examiner l'un des cadeaux que Dieu fait à l'humanité: la prière. Notre créateur nous donne le droit, la possibilité de nous adresser à Lui librement, spontanément, avec nos mots.

La prière chrétienne s'adresse à Dieu, exclusivement. Jésus nous dit: *Lorsque vous priez, dite: Père*. Toute prière adressée à quelqu'un d'autre est un acte d'idolâtrie. Jésus nous demande aussi de prier en Son nom; autrement dit, notre prière doit être imprégnée de notre Foi au Christ, Fils de Dieu, Dieu-le-Fils, le Sauveur. Enfin, si la prière est essentielle dans la vie chrétienne, elle n'est pas tout: elle doit accompagner une vie en règle avec Dieu. Elle est avant tout, si je puis dire, le moteur de la sanctification: c'est par la prière, nourrie par la lecture de la Parole de Dieu, c'est par la prise de conscience quotidienne de la présence de Dieu à mes côtés, que j'ouvre à Dieu la porte de mon cœur et qu'ainsi, par le Saint-Esprit, Il me donne les forces nécessaires à la marche chrétienne, que l'on nomme la sanctification.

## La prière, une offrande

Paul nous exhorte à prier sans cesse <sup>1</sup>. L'apôtre nous invite en fait ici à prier souvent, à adresser à Dieu nos louanges, nos requêtes personnelles, notre intercession, nos confessions, à lui confier nos consciences, aussi souvent que possible, quotidiennement, voire plusieurs fois par jours <sup>2</sup>. Si nous étions continuellement conscients du fait que Dieu est présent à nos côtés, voilà qui changerait radicalement notre façon de Le considérer et notre façon d'agir. Nos intuitions en seraient sanctifiées et nous recevions plus facilement cette paix qui s'installe dans le cœur de celui qui est sur la bonne voie. Cette prise de conscience est sans doute la première étape de la vie spirituelle chrétienne.

Cette prise de conscience de la présence de Dieu doit être facilitée par une bonne gestion du temps que j'accorde à la prière. Il est indispensable de prier chaque jour. Les traditions ont parfois du bon, comme par exemple celle du « culte personnel » chez les Évangéliques, du « culte familial » chez les Réformés et le l' « oraison » chez les Catholiques romains : avoir chaque jour un temps de prière et de lecture biblique, et chaque semaine au moins en famille, dans la mesure du possible. La pratique d'une jour hebdomadaire consacré à la prière, à l'étude de la Bible et à la communion fraternelle, telle que la Bible la prescrit<sup>3</sup>, a aussi pour but, entre autres, de faciliter la spiritualité personnelle le reste du temps : c'est un « recadrage », en quelques sortes. Enfin, c'est aussi dans ce but que certains Chrétiens consacrent une partie de leurs vacances à des retraites spirituelles dans des lieux propices à la méditation de la Parole, à la contemplation de Dieu et de Ses œuvres et à l'oraison, loin du téléphone, de la boîte aux lettres, des courriels et autres contingences habituelles. Dans le silence, il est plus facile de réaliser la Présence divine.

Ne nous trompons pas non plus sur ce qu'est la prière. J'aime beaucoup ce qu'en dit la fondatrice de la Communauté des sœurs protestantes de Pomeyrol, qui relève que la Bible présente la prière avant toute comme une offrande à Dieu. Ainsi le Psalmiste : *Que ma prière s'élève devant toi comme l'encens, et mes mains comme l'offrande du soir*<sup>4</sup>.

« Prier, c'est parler à Dieu », nous dira, dès l'âge de trois ans, un enfant de Chrétiens. Mais avec la maturité on découvre que la prière est un monde d'une richesse invraisemblable, difficile à définir en une phrase. On note en Actes 2 :42 que Luc nous parle des prières, au pluriel, sans doute pour insister sur la persévérance, mais sans doute aussi parce qu'il y a plusieurs « sortes » de prières, ou plusieurs « ingrédients » dans « la » prière. Je peux parler à Dieu pour Lui dire des tas de choses différentes ; pour Le remercier et Le louer, Lui demander pardon, demander Son aide pour faire le point ou pour comprendre un passage de l'Écriture, Lui demander d'agir en faveur d'autrui ou dans ma propre vie. C'est pourquoi nous nous proposons ci-dessous de décliner la prière en sept « ingrédients », sans avoir la prétention d'imposer au lecteur un découpage dogmatique.

---

1 1 Thessaloniens 5 :17

2 *Lorsque Daniel sut que le décret était écrit, il se retira dans sa maison, où les fenêtres de la chambre supérieure étaient ouvertes dans la direction de Jérusalem; et trois fois le jour il se mettait à genoux, il priait, et il louait son Dieu, comme il le faisait auparavant* (Daniel 6 :10).

3 *On travaillera six jours; mais le septième jour est le sabbat, le jour du repos: il y aura une sainte convocation. Vous ne ferez aucun ouvrage: c'est le sabbat de l'Éternel, dans toutes vos demeures* (Lévitique 23 :3).

4 Psaume 141 :2

## Les « ingrédients » de la prière

### 1 – La contemplation.

Comme le dit la Règle des Veilleurs<sup>5</sup> : *maintiens en tout le silence intérieur pour demeurer en Christ*. Une relation n'est pas un monologue. Il est bon aussi de faire silence dans la relation à Dieu, pour nous mettre à Son écoute, comme nous y exhorte l'Écriture. Non seulement cette relation doit être nourrie par une prière persévérante et recueillie, mais elle doit aussi me conduire à « faire le ménage » dans mes pensées, en outre pour laisser à Dieu le loisir de me parler, sans doute pas comme à Adam et Ève en Éden avant l'intrusion du péché, mais en éclairant, en éclaircissant mes pensées, en m'aidant, tout naturellement, sans tambour ni trompette, par la douce action du Saint-Esprit, à conduire ma vie en communion avec mon Créateur<sup>6</sup>.

Le silence intérieur auquel nous invite la spiritualité chrétienne et biblique ne consiste pas à faire le vide complet dans nos pensées. Lisons en effet ce que nous en dit Paul :

*Ne vous inquiétez de rien; mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces. Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus -Christ. Au reste, frère, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées. Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ.*<sup>7</sup>

Il s'agit aussi de nourrir nos pensées, nos préoccupations, notre imagination, nos cogitations, non seulement de la Parole de Dieu, mais aussi de tout ce qui est utile à la sanctification, à l'édification chrétienne du moi et d'autrui, aux vertus chrétiennes. Le Bien suprême, c'est Dieu. Il est donc vital que nos pensées soient toujours imprégnées de la conscience du fait que par le Saint-Esprit, Dieu est présent. Le Psalmiste nous adresse cette exhortation : *Garde le silence devant l'Éternel et espère*<sup>8</sup> ; ici il ne s'agit pas tant de « faire le vide en soi » que de calmer notre tumulte intérieur. Quant au prophète Zacharie, il nous admoneste en ces termes : *Que toute chair fasse silence devant l'Éternel ! Car il s'est réveillé de sa demeure sainte*<sup>9</sup>. Ainsi lorsque Dieu Se manifeste, lorsqu'il sort de Sa demeure – ou de Sa réserve – Sa manifestation force le silence d'adoration. C'est pourquoi dans certains cultes protestants la liturgie est introduite en ces termes : « devant Toi, le silence est louange »<sup>10</sup>

Un épisode bien connu des récits prophétiques s'imposera ici à la mémoire du lecteur assidu de la Bible : Élie y rencontre Dieu dans un murmure.

*L'Éternel dit: Sors, et tiens -toi dans la montagne devant l'Éternel ! Et voici, l'Éternel passa. Et devant l'Éternel, il y eut un vent fort et violent qui déchirait les montagnes et brisait les rochers: l'Éternel n'était pas dans le vent. Et après le vent, ce fut un tremblement de terre: l'Éternel n'était pas dans le tremblement de terre. Et après le tremblement de terre, un feu: l'Éternel n'était pas dans le feu. Et après le feu, un murmure doux et léger. Quand Élie l'entendit, il s'enveloppa le visage de son manteau, il sortit et se tint à l'entrée de la caverne. Et voici, une voix lui fit entendre ces paroles: Que fais-tu ici, Élie ?*<sup>11</sup>

Ainsi, Élie découvre que Dieu ne se tient pas dans le tumulte et dans la violence (vent impétueux, tremblement de terre, feu<sup>12</sup>), mais dans la douceur d'un murmure. Faire silence en soi, se placer dans un lieu aussi silencieux que possible est aussi un préalable à la prière. Si la relation entre Dieu et le croyant ne se résume pas à la prière, cette dernière en est toutefois la charpente, si l'on peut dire ; l'ossature qui permet à tout l'édifice de la piété personnelle de tenir fermement debout.

### 2 - La louange.

La louange, selon le dictionnaire<sup>13</sup>, est l'« (a)ction de célébrer les mérites de quelqu'un, de quelque chose ». En effet, lorsqu'il est question, dans la Bible, de louer l'Éternel, il s'agit bien de célébrer Ses mérites, Ses hauts-faits, comme le montre, par exemple, le Psaume 105 :

*Louez l'Éternel, invoquez son nom ! Faites connaître parmi les peuples ses hauts faits ! ... Parlez de toutes ses merveilles ! ... Souvenez -vous des prodiges qu'il a faits, de ses miracles et des jugements de sa bouche... Ses*

5 Fraternité spirituelle protestante fondée en 1923.

6 *Dieu est Esprit, et il faut que ceux qui l'adorent l'adorent en esprit et en vérité* (Jean 4 :24).

7 Philippiens 4:6-8.

8 Psaume 37-7.

9 Zacharie 2-13.

10 C'est une traduction un peu « tirée par les cheveux » de Psaume 65:1.

11 1 Rois 19 :11-13.

12 On note que dans l'épisode du buisson ardent (Exode 3 :2), Dieu se tient dans un feu inoffensif qui, miraculeusement, ne consume pas le buisson.

13 Encyclopédie Universelle Larousse, sur [www.larousse.fr](http://www.larousse.fr) .

jugements s'exercent sur toute la terre. Il se rappelle à toujours son alliance, ses promesses pour mille générations, l'alliance qu'il a traitée avec Abraham, et le serment qu'il a fait à Isaac; il l'a érigée pour Jacob en loi, pour Israël en alliance éternelle... il ne permit à personne de les opprimer... Joseph fut vendu comme esclave. On serra ses pieds dans des liens, on le mit aux fers, jusqu'au temps où... le dominateur des peuples le délivra. Alors Israël vint en Égypte... Il rendit son peuple très fécond... Il envoya Moïse... et Aaron... ils firent des miracles ... Il fit sortir son peuple avec de l'argent et de l'or... Il étendit la nuée pour les couvrir, et le feu pour éclairer la nuit. À leur demande, il fit venir des cailles, et il les rassasia du pain du ciel. Il ouvrit le rocher, et des eaux coulèrent; Elles se répandirent comme un fleuve dans les lieux arides. Car il se souvint de sa parole sainte, et d'Abraham, son serviteur. Il fit sortir son peuple dans l'allégresse, ses élus au milieu des cris de joie...Louez l'Éternel !

La louange étant le fait de célébrer les hauts-faits « généraux » de Dieu, tous les Chrétiens peuvent louer Dieu d'une voix unanime. *Louez le Seigneur, vous toutes les nations, célébrez -le, vous tous les peuples!*<sup>14</sup> Dieu sièg(e) au milieu des louanges d'Israël<sup>15</sup>, aussi il est nécessaire de reconnaître les hauts-faits, généraux ou particuliers, de Dieu, pour être en communion avec Lui. Par Israël, il faut entendre ici et pour nous la communauté des croyants ; il y a donc place pour la louange dans la piété individuelle, mais aussi dans le Service Divin en Assemblée. Notons que la louange ne consiste pas à répéter « je Te loue, je Te loue, je Te loue », sans exprimer les « hauts faits » de Dieu ; mais plutôt à dire à Dieu pourquoi nous Lui sommes reconnaissants. Par ailleurs, la Bible n'enseigne pas que la louange doit nécessairement s'exprimer de façon exubérante. Enfin, « louer » n'est pas synonyme de « chanter ».

### 3 – L'action de grâce

L'action de grâce consiste à remercier Dieu pour des grâces précises dont j'ai été le bénéficiaire ou le témoin : ...*rendez continuellement grâces pour toutes choses à Dieu le Père, au nom de notre Seigneur Jésus -Christ*<sup>16</sup>. Louange et action de grâce sont indissociables: elle consistent toutes deux à adorer Dieu en exaltants Son amour. Je peux rendre grâce à Dieu pour ce qu'il me donne, mais aussi pour ce qu'il accorde à ceux qui me sont chers, aux frères et sœurs spirituels avec qui je vis la communion fraternelle (c'est à dire la piété collective en Église).

### 4 - La réconciliation

Il est bon et conforme à la Révélation de présenter à Dieu mon être profond, de Le laisser me sonder et me guider, comme nous le disent ces versets d'une beauté sublime : *Sonde-moi ô Dieu, et connais mon cœur ! Éprouve-moi, et connais mes pensées ! Regarde si je suis sur une mauvaise voie, et conduis -moi sur la voie de l'éternité !*<sup>17</sup> C'est dans la prière silencieuse, dans l'oraison, que je peux donner à Dieu accès à ma conscience. Il est écrit que Dieu *sonde les cœurs et les reins*<sup>18</sup>, donc quand je dis à Dieu « sonde-moi », je le prie de sonder mon cœur et mes reins, c'est à dire mes sentiments et mes émotions (le cœur) mais aussi ce qu'il y a de plus profond en moi (les reins). Cet examen de conscience me conduit à la confession des péchés. On dit souvent que les Protestants ne se confessent pas. C'est inexact, en tout cas si l'on a affaire à un Protestant digne de ce nom ! La Bible grouille d'exhortations à la confession des péchés. Seulement, il s'agit de « se confesser » non pas à un pasteur (dont le rôle peut être, toutefois, de nous accompagner dans la démarche, de nous aider, mais sans plus), à qui il appartiendrait de nous pardonner en lieu et place de Dieu, mais à Dieu, et... à la personne que nous avons offensée. Il s'agit donc de savoir demander pardon<sup>19</sup>. Pour ce qui est de la réconciliation avec autrui, nous sortons du cadre de notre chapitre<sup>20</sup>, mais la confession des péchés à Dieu fait bien sûr partie de la prière. Seulement, il ne faut pas oublier d'accepter le pardon divin... Si je me relève de ma confession sans avoir accepté la réconciliation que Dieu me propose, je n'en sortirai pas guéri... J'aime beaucoup cette phrase qui était prononcée jadis par les pasteurs de l'Église Réformée dans la liturgie traditionnelle<sup>21</sup> : « En tant que ministre de l'Évangile, je confirme et j'atteste le pardon des péchés, à toi qui te repens et qui crois ». Si j'ai du mal à faire cette démarche, à prendre conscience que Dieu me pardonne, il est bon d'apprendre par cœur 1 Jean 1 :9, *si nous confessons nos péchés, il est fidèle et juste pour nous les pardonner, et pour nous purifier de toute iniquité*, et de louer Dieu pour la vérité énoncée par ce verset après avoir confessé mon péché à Dieu.

Les mots « conversion » et « repentance », tels que nous les trouvons dans les bibles en français, traduisent tous deux le mot grec « métanoïa » qui, littéralement, indique un changement d'état (méta-) d'esprit (noïa). Ainsi, il semble que le mot français « conversion », qui évoque un changement de cap, un demi-tour, en quelque sorte, est le plus adapté. Il y a donc une Conversion intérieure initiale, un premier événement qui me fait passer des ténèbres du péché à la lumière du Salut, et des conversions intérieures aussi fréquentes que nécessaires, à chaque fois que je prends conscience que j'ai péché et que je me repens, prenant la ferme décision, en implorant le secours divin, de ne pas demeurer dans ce

14 Romains 15 :11.

15 Psaume 22 :3.

16 Ephésiens 5 :20, cp 1 Thessaloniens 5 :18.

17 Psaume 139:23-24

18 Psaume 7:9, Jérémie 11 :20, 20 :12, Apocalypse 2 :23.

19 *S'il est possible, autant que cela dépend de vous, soyez en paix avec tous* (Romains 12 :18). Soulignons toutefois que le pardon n'implique pas nécessairement la réconciliation, c'est à dire la reprise de relations de proximité. Il peut être légitime de garder une distance de sécurité...

20 Voir le chapitre sur la relation avec Dieu.

21 Se reporter à l'excellente, malheureusement défunte et amèrement regrettée (au moins par moi) « Liturgie Verte » de 1963.

péché<sup>22</sup> .

## 5 - L'intercession

Nous lisons dans la Bible de nombreuses exhortations à prier pour nos semblables. Paul nous *exhorte donc, en tout premier lieu, à faire des requêtes, prières, intercessions, actions de grâce, pour tous les humains, pour les rois*<sup>23</sup>. Il nous faut donc prier pour tous ceux qui ont des besoins de toutes sortes et pour les autorités, même impies. Jésus va même jusqu'à nous dire : *Priez pour ceux qui vous maltraitent*<sup>24</sup>. Il ne faut donc oublier vraiment personne !! *Priez les uns pour les autres*<sup>25</sup>, nous dit Jacques, demandant ainsi à l'Église d'être solidaire dans la prière.

## 6 - Les requêtes

Prier pour soi n'est ni de l'orgueil ni de l'égoïsme, mais cela consiste à s'approcher humblement de Dieu et à reconnaître que nous dépendons entièrement de Lui ... *donne-nous aujourd'hui notre pain quotidien*<sup>26</sup>, telle est la prière que nous enseigne notre Seigneur.

*Quel est le Sens de cette Parole ? Dieu donne, chaque jour, du pain à tous les êtres humains, même aux méchants, sans le secours de nos prières ; mais nous demandons qu'il nous fasse reconnaître ce bienfait, afin que nous le recevions avec actions de grâces.*

*Qu'entendez-vous par « Pain de chaque jour » ? La nourriture, le vêtement, la demeure, le champ, le bétail, le gain de chaque jour, une famille pieuse, de bons maîtres et des serviteurs honnêtes, un bon gouvernement, des saisons favorables, la paix, l'ordre, la santé, l'honneur, de fidèles amis, de bons voisins, et, de façon générale, toutes les choses nécessaires à l'entretien de cette vie*<sup>27</sup>.

Nous voyons ici qu'il est tout à fait légitime de prier pour soi-même, et le Notre-Père nous montre qu'une telle prière n'est pas du tout contradictoire avec l'intercession. Joindre la prière personnelle à l'intercession, c'est reconnaître que je partage avec ceux pour qui j'intercède une même condition humaine, un même besoin de Dieu. Une telle association procède donc de l'humilité chrétienne. Mais la véritable charte de la prière pour soi-même nous est donnée par le Saint-Esprit sous la plume de Paul : *ne vous inquiétez de rien; mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces*<sup>28</sup>. Paul nous enseigne aussi que la prière de supplication doit être associée à la louange, car nous prions pour obtenir, mais nous rendons grâce pour ce que nous avons déjà, et parce que nous avons foi en Dieu et en Ses grâces à venir. De plus, le fait de remettre dans la foi nos besoins entre les mains de Dieu nous assure une paix profonde. Ainsi la deuxième Béatitude : *heureux les affligés, car ils seront consolés*<sup>29</sup> .

## 7 – La méditation de la Parole de Dieu

Il existe deux façons de lire la Bible, dont le Chrétien voulant y enraciner sa foi ne peut faire l'économie. Il s'agit d'une part de la lecture méthodique, approfondie et réfléchie (de nombreux outils d'études et plusieurs listes de lecture existent, facilitant ce type de lecture) et d'autre part, le lecture méditée, qui fait partie intégrante de la prière. On peut par exemple reprendre un verset en exergue du dernier passage biblique lu et étudié. Ce mode de prière, qui existe depuis l'antiquité<sup>30</sup>, suppose bien sûr une lecture quotidienne de la Bible, principalement du Nouveau Testament et des Psaumes, au cours d'un temps spirituel quotidien associant lecture et prière.

Alors que la lecture studieuse, la lecture méditative cherchera à savoir ce que Dieu me dit, à moi, aujourd'hui. La prière est en effet un acte intime de communion avec Dieu, de connivence, de dialogue. Le texte biblique est la seule Parole de Dieu révélée. Sa réception par l'étude et la méditation est donc le meilleur moyen de saisir la voix de Dieu, bien plus sûrement que dans le silence du cœur et que dans les « prophéties ». L'orant peut aussi s'approprier certains textes bibliques pour en faire sa propre prière, ainsi le Notre-Père bien sûr, ou les Psaumes, mais aussi un bon nombre de textes bibliques qu'il trouvera au fil des pages du saint recueil et que le Saint-Esprit ne manquera pas de mettre sur son cœur à ces fins. Comme le dit la première phrase du psautier, *Heureux l'humain ... qui trouve son plaisir dans la loi de l'Éternel et qui la médite jour et nuit*<sup>31</sup>. Ici le verbe méditer peut se traduire par « murmurer » ou « ruminer » : il s'agit en fait d'avoir la Parole divine sans cesse sur les lèvres.

22 *Va et ne pêche plus* ( Jean 8 :11b).

23 1 Timothée 2:1-2

24 Marc 5:44, Luc 6:28.

25 Jacques 5:16.

26 Matthieu 6 : 11

27 Martin Luther, *Le Notre-Père tel qu'un chef de famille doit l'enseigner aux siens*, dans *Le petit catéchisme*, première édition en 1529.

28 Philippiens 4 :6.

29 Matthieu 5 : 4

30 Origène en parle en l'an 220 et le désigne sous le terme « lectio divina. »

31 Psaume 1 :1-2.

## En bref...

Retenons que la prière n'est pas un acte égoïste mais que toute prière est avant tout un acte d'adoration par lequel nous manifestons à Dieu notre amour et notre confiance. La prière doit être associée à la lecture de la Bible et à un mode de vie en accord avec ce que Dieu veut pour nous<sup>32</sup>. Nous retiendrons les sept principaux « ingrédients » de la prière:

- la contemplation, qui consiste à demeurer en silence pour conscience de la présence de Dieu et mettre de l'ordre dans mes pensées avant d'aller plus loin dans mes prières.
- la louange, par laquelle nous exaltons Dieu pour Ses hauts faits de façon générale: Il est le créateur, il nous donne Jésus et le Saint-Esprit, Il est amour...;
- L'action de grâce, qui consiste à remercier Dieu pour Ses faveurs particulières à mon égard ou à l'égard de ceux qui me sont chers;
- La réconciliation: examen de conscience, confession des péchés, proclamation et réception du pardon divin;
- l'intercession, qui consiste à prier pour les autres;
- les requêtes, qui consistent à prier pour mes propres besoins;
- la méditation biblique.

Frédéric Maret, pasteur.  
[www. FoiVivante .net](http://www.FoiVivante.net)

---

<sup>32</sup> *Si quelqu'un détourne l'oreille pour ne pas écouter la loi, sa prière même est une abomination (Proverbes 28:9).*