

La prière, un entretien

Par Martin Hoegger

Retraite des compagnons de Pomeyrol, 18-23 août 2026.

Voir ici pour l'enseignement intégral : <https://www.hoegger.org/article/la-priere-un-entretien/>

Introduction générale

« Seigneur, apprends-nous à prier » (Lc 11.1).

Cette demande des disciples est aussi la nôtre. Nous savons que la prière est essentielle à la vie chrétienne, mais nous faisons souvent l'expérience de notre pauvreté. Nous ne savons pas toujours comment prier, ni comment persévérer dans la prière. Les distractions, les préoccupations, les épreuves ou simplement le rythme de nos journées éloignent notre cœur de Dieu.

Pourtant, la prière n'est pas d'abord une technique ni une méthode. Elle est une rencontre, un entretien. Durant cette retraite, je vous invite à approfondir cette réalité à travers trois étapes.

Nous commencerons par regarder **Jésus en prière**. Avant d'écouter son enseignement, nous contemplerons sa manière de vivre. Toute son existence est tournée vers le Père. En lui, nous découvrons que la prière est un cœur à cœur permanent avec Dieu.

Puis nous écouterons la prière qu'il nous a lui-même enseignée : **le Notre Père**. En nous apprenant à dire « Père », Jésus nous fait entrer dans sa propre relation filiale. La prière devient alors un entretien d'enfant avec son Père, dans la confiance.

Enfin, nous nous demanderons comment cet entretien peut imprégner toute notre existence. Jésus nous appelle à « **prier sans cesse** ». Loin d'être un idéal inaccessible, cette invitation signifie que toute notre vie peut devenir une communion permanente avec Dieu. L'entretien commencé dans le silence de la prière est appelé à se prolonger dans notre travail, nos rencontres, nos joies, nos souffrances et notre service du prochain.

Mon souhait est que ces quelques jours nous aident non seulement à mieux comprendre la prière, mais surtout à en faire une expérience renouvelée. Car la prière ne s'apprend pas par des enseignements ; elle s'apprend en priant.

Demandons donc ensemble à l'Esprit Saint de nous conduire toujours plus profondément dans cet entretien avec le Père, par le Fils, afin que notre cœur demeure en sa présence.

I. La prière de Jésus, modèle de notre prière.

Avant de nous demander comment prier, il est bon de contempler celui qui prie parfaitement : Jésus. Les Évangiles nous révèlent un homme dont toute la vie est tournée vers son Père. Les moments décisifs de sa mission sont toujours marqués par la prière : dans la solitude, avec ses disciples, dans la joie, à Gethsémané, sur la croix. Toute son existence est un dialogue ininterrompu avec le Père.

En Jésus, nous découvrons que la prière est un entretien vivant, un cœur à cœur entre le Père et le Fils, fait de confiance, de louange, d'action de grâce, d'intercession et d'abandon.

Mais Jésus n'est pas seulement un modèle : il nous fait entrer dans sa propre relation filiale. Par le don de l'Esprit Saint, nous pouvons dire avec lui : « Abba, Père. » La prière chrétienne consiste ainsi à participer au dialogue éternel du Fils avec son Père.

Cette méditation nous invitera à contempler la prière de Jésus pour apprendre à prier avec lui. En suivant son exemple, nous découvrirons que Dieu nous attend au plus profond de notre cœur, où peut se vivre un entretien qui transforme toute notre existence.

1. Jésus, humble devant le Père.

Le grand texte qui présente l'attitude de Jésus devant son Père se trouve dans l'évangile de Matthieu :

« En ce temps-là, Jésus prit la parole et dit : « Je te loue, Père, Seigneur du ciel et de la terre, d'avoir caché cela aux sages et aux intelligents et de l'avoir révélé aux

tout-petits. Oui, Père, c'est ainsi que tu en as disposé dans ta bienveillance. » (Mt 11.25-26)

Jésus a la conscience que son Père est le créateur du ciel et de la terre. Il est, comme le dit le credo « Tout puissant », créateur des choses visibles et invisibles.

Mais il est Père avant d'être créateur. Père miséricordieux, plein de bienveillance (**εὐδοκία**). Cet ordre que l'on trouve dans le credo est fondamental : Dieu est « Père » avant d'être « Créateur ». Cela signifie que lorsqu'il crée, il est créateur en tant que Père : il introduit son amour de Père dans tout le créé.

Pour Jésus, il n'y a donc pas l'opposition moderne entre amour et toute puissance.

Devant lui, c'est l'humilité qui compte, pas la sagesse et l'intelligence. Non pas que la sagesse et l'intelligence soient mauvaises, mais elles peuvent devenir un obstacle, car elles peuvent conduire à l'orgueil.

Il se révèle aux « tout petits ». Dans l'Évangile, ces petits sont les « *anawim* », les humbles comme Zacharie et Elisabeth. Les tout petits sont ceux qui se mettent à genoux, ceux qui n'osent pas regarder vers le ciel, comme le publicain de la parabole, dont l'attitude contraste avec l'orgueil du pharisien qui se vante de sa sagesse et de son intelligence (cf. Lc 18.9-14)

Une vraie prière naît de cette humilité.

En tant que Dieu, Jésus est tout puissant et il exauce les demandes de ceux qui viennent à lui dans la foi.

Mais en tant qu'homme, Jésus est humble. Nul ne peut égaler son humilité. C'est pourquoi Dieu l'exauce toujours.

Le Catéchisme de Heidelberg donne trois conditions pour l'exaucement de la prière :

Que faut-il pour que la prière soit agréée et exaucée par Dieu ?

Premièrement, que nous demandions du fond du cœur au seul vrai Dieu qui s'est révélé à nous dans sa Parole tout ce qu'il nous a ordonné de requérir de lui; deuxièmement, que nous connaissions, droitement et à fond, notre pauvreté et notre misère afin de nous humilier devant sa majesté ; troisièmement, que nous nous appuyions sur cette ferme assurance que, sans tenir compte de notre indignité, il exaucera sûrement notre prière pour l'amour du Seigneur Jésus-Christ, comme il nous l'a promis dans sa Parole. (Question 117)

- **La foi et la vérité** : Invoquer du fond du cœur le seul vrai Dieu qui s'est révélé dans sa Parole, en lui demandant tout ce qu'il a ordonné.

- **La conscience de notre misère** : Reconnaître notre indigence et notre péché pour nous humilier devant sa majesté.
- **La confiance** : Être fermement persuadés que, malgré notre indignité, Dieu nous exaucera à cause de Jésus-Christ, comme il l'a promis

2. Jésus nous révèle la relation qu'il a avec le Père et nous fait entrer dans sa prière

Jésus continue dans le même passage de Matthieu « Tout m'a été remis par mon Père. Nul ne connaît le Fils si ce n'est le Père, et nul ne connaît le Père si ce n'est le Fils, et celui à qui le Fils veut bien le révéler. » (Mt 11.27)

Ce verset, à la saveur johannique, révèle le secret de la prière de Jésus : le Père l'aime et le connaît. Et Jésus l'aime et le connaît. La prière est un entretien permanent entre le Père et le Fils, une circulation d'amour entre eux.

Jésus est venu pour révéler cette relation avec le Père et nous y fait entrer, afin que nous aussi puissions dire ce simple mot « Abba, Père ».

Le Christ vient vivre en nous et nous transforme en lui afin que cela ne soit plus nous qui vivons, mais lui en nous (Ga 2.20) et disions à Dieu « Abba, Père ». L'Esprit saint met ces mots sur nos lèvres : « C'est l'Esprit saint qui fait de vous des enfants de Dieu et qui nous permet de crier à Dieu : « Abba, Père » (Rm 8.15)

De plus, lorsque nous sommes rassemblés en son nom, en vivant sa Parole dans l'humilité et l'accueil réciproque, il se faufile parmi nous et prie avec nous le Père. Il nous donne cette promesse :

« Je vous le déclare encore, si deux d'entre vous, sur la terre, se mettent d'accord pour demander quoi que ce soit, cela leur sera accordé par mon Père qui est aux cieux. Car, là où deux ou trois se trouvent réunis en mon nom, je suis au milieu d'eux. » (Mt 18.19-20)

Ainsi, quand nous sommes seuls, Jésus est *en nous* pour prier le Père.

Mais quand nous sommes à deux ou plus, il est *au milieu de nous* et prie le Père avec nous, lequel nous exauce, si nous nous accordons les uns aux autres.

Il vaut la peine de vivre cet entretien à plusieurs, et pas seulement tout seul. Jésus nous encourage à nous ouvrir les uns aux autres. L'entretien avec le Père dans la prière doit être précédé par un entretien sincère et vrai entre nous.

3. Comment et quand Jésus prie-t-il dans les évangiles ?

Jésus ne cesse de prier. Cependant les évangiles le montrent davantage à table qu'à genoux ou dans une synagogue.

Il prie aux moments-clés de sa vie terrestre : au moment de son baptême (Lc 3.21) ; il passe une nuit en prière avant de choisir les douze (Lc 6.12). Il prie pendant qu'il est transfiguré (Lc 9.29). Il prie à trois reprises dans le jardin de Gethsémané après avoir prié des psaumes avec ses disciples. Sur la croix, il prononce trois prières.

Son exemple nous indique que nous avons à prier dans les grands moments de notre vie, dans des décisions importantes.

Mais la prière est aussi une pratique quotidienne pour Jésus. Plusieurs textes le montrent se levant tôt ou se réfugiant pour prier dans un lieu désert (Lc 5.16) ou sur une montagne (Mt 14.23).

4. Quel est le contenu de la prière de Jésus ?

a. Quelques textes nous l'indiquent :

- **La louange** : Jésus prie le Père, dont il se sait aimé immensément (Lc 3.22). Sa prière est un élan où il lui dit, à son tour, son amour. Nous l'avons vu dans le passage « johannique » de l'évangile de Matthieu, où Jésus loue la bienveillance de son Père (11.25-26).
- **La gratitude** : Quand Jésus est devant la tombe de Lazare, il remercie par avance le Père : « Père, je te rends grâce de ce que tu m'as exaucé. Certes, je savais bien que tu m'exautes toujours, mais j'ai parlé à cause de cette foule qui m'entoure, afin qu'ils croient que tu m'as envoyé. » (Jn 11.41-42)
- **L'action de grâce et la bénédiction**. Au moment de prendre un repas, avant de multiplier les pains et les poissons (Jn 6.11 ; Mt 14.9). Au moment d'instituer la Sainte Cène il dit la bénédiction, qui était sans doute proche de celle que les juifs disent aujourd'hui durant le repas du shabbat : « Béni sois-tu, Seigneur notre Dieu, roi de l'univers qui fais sortir le pain de la terre. » « Béni sois-tu, Seigneur notre Dieu, roi de l'univers qui crée le fruit de la vigne. »

b. La prière « sacerdotale » de Jean 17

Elle est la prière de Jésus la plus développée de tout le Nouveau Testament et contient six demandes :

- **Une prière de protection.** Il demande de garder dans le nom du Père ceux qui ont cru en lui, afin qu'aucun ne se perde (v. 11). Non pas de les enlever du monde, mais de les garder du Mauvais (v. 15).
- **Une prière pour avoir la joie.** Il prie pour que ses disciples aient sa joie complète (v. 13)
- **Une prière pour vivre dans la vérité.** Il demande de les consacrer par la vérité. La Parole de son Père est la vérité (v. 17). Pour cela il se consacre lui-même pour eux, afin qu'eux aussi soient consacrés par la vérité (v. 19).
- **Une prière pour l'unité.** Il prie pour que tous ceux qui croiront en lui soient unis, comme lui et le Père sont unis dans l'amour. Qu'ainsi le monde croie que le Père a envoyé le Fils (v. 20-23).
- **Une prière pour la vie éternelle.** Il prie pour que ceux qui croient en lui soient avec lui pour l'éternité et voient sa gloire (v. 24)
- **Une prière pour vivre dans l'amour.** Il prie pour que l'amour dont le Père l'a aimé soit en eux (v. 26)

Si Jésus prie ainsi pour nous, nous pouvons faire nôtre les six demandes de cette prière et être assurés qu'il prie avec nous et pour nous, quand nous prions pour

- être protégés du Mauvais,
- recevoir la joie parfaite,
- vivre dans la vérité de la Parole de Dieu
- être unis comme lui est uni au Père,
- vivre dans l'amour,
- et obtenir la vie éternelle.

c. Jésus, notre intercesseur.

Notre SEUL intercesseur, insistent les protestants, qui considèrent Marie et les saints comme des témoins du Christ et non des intercesseurs.

Le texte fondamental est ici ce passage de la lettre aux Hébreux : « C'est pour cela aussi qu'il peut sauver parfaitement ceux qui s'approchent de Dieu par lui, étant toujours vivant pour intercéder en leur faveur. » (7.25)

Quel est le sens de l'intercession actuelle de Jésus. J'y vois trois dimensions :

- **Une intercession permanente** : Jésus ne s'est pas contenté de prier durant sa vie terrestre (comme le mentionne aussi Hébreux 5.7 « avec des cris et des larmes »). Ressuscité et exalté au ciel, il vit toujours pour plaider notre cause.
- **Un salut assuré** : La lettre explique que le salut des croyants est total et définitif (« sauver parfaitement » / « pour toujours ») précisément parce que l'intercession de Jésus n'est jamais interrompue.
- **Un rôle de Grand-Prêtre** : Jésus agit comme un grand prêtre parfait. Contrairement aux prêtres du Temple de Jérusalem – lesquels devaient offrir des sacrifices pour leurs propres péchés – et dont le ministère prenait fin avec la mort, le sacerdoce de Jésus est éternel, tout comme son attention bienveillante envers nous.

d. Jésus dans le jardin de Gethsémané

La prière de Jésus va de sommets en sommets : Le Notre Père, la Transfiguration, la prière sacerdotale. Il y a encore celle dans le jardin de Gethsémané et celle sur le Golgotha. Sa prière est une chaîne avec plusieurs sommets plutôt qu'une seule montagne.

Dans le jardin du « Pressoir à huile » - sens du nom « Gethsémané - Jésus est pressé comme des olives par le Mauvais. Confronté à cette terrible épreuve, Jésus va vivre la prière du Notre Père qu'il a donné. Il fait la volonté du Père et non pas la sienne. Il résiste de toutes ses forces à la tentation. Ce faisant il fait advenir le règne de Dieu.

Tout d'abord, il dit à ses disciples : « Je suis triste à mourir » et les appelle à veiller avec lui, ce dont ils sont incapables. Avant de prier le Père, il demande la prière des siens, en disant les sentiments qui l'habitent.

Comme il est important de pouvoir épancher son cœur devant Dieu et les frères et les sœurs !

Matthieu et Marc relatent la prière que Jésus dit à trois reprises de manière diverse : « Mon Père, s'il est possible que cette coupe s'éloigne de moi ! Toutefois non pas comme moi je veux, mais comme toi, tu veux » (Mt 26.39). « Mon Père, s'il n'est pas possible que cette coupe s'éloigne de moi sans que je la boive, que ta volonté soit faite » (v. 42). Enfin « il pria pour la troisième fois en répétant les mêmes paroles » (v. 44).

« Que ta volonté soit faite » au verset 42 est une reprise littérale de la sixième demande du Notre Père (Mt 6.10b). Cependant, la prière à Gethsémani n'est pas simplement un exemple de soumission à la volonté de Dieu, mais concerne bien davantage l'avènement du Règne, comme le dit la demande précédente du Notre Père : « que ton règne vienne. » En faisant la volonté du Père, Jésus démontre que Dieu règne, non les ténèbres. Il en va ainsi de nous quand nous faisons la volonté de Dieu.

La mort de Jésus est-elle vraiment nécessaire pour que le Royaume de Dieu puisse s'instaurer ? Doit-il vraiment boire la coupe dont il était déjà question en 20.22 : « Pouvez-vous boire de la coupe que je vais boire ? » ? Dans ce dernier verset et lorsqu'il parle de la coupe comme « le sang de l'alliance versé pour la multitude » (26.28), Jésus lui-même a en fait déjà donné la réponse à cette question.

« Il dit à Pierre : « Ainsi vous n'avez pas été capables de veiller avec moi-même une heure ? Veillez et priez pour ne pas entrer dans l'épreuve. L'être humain est plein d'ardeur, mais il est faible aussi. » (Mt 26.40-41)

Le verset 41 fait également référence au Notre Père : le mot grec utilisé pour « épreuve » (ou « tentation ») en 6.13 est le même. La « tentation » consiste ici à ne pas vouloir suivre le chemin de souffrance du Messie et à vouloir s'y rebeller, car ce chemin est totalement contraire à l'homme naturel et terrestre.

e. Les trois prières de Jésus sur la croix

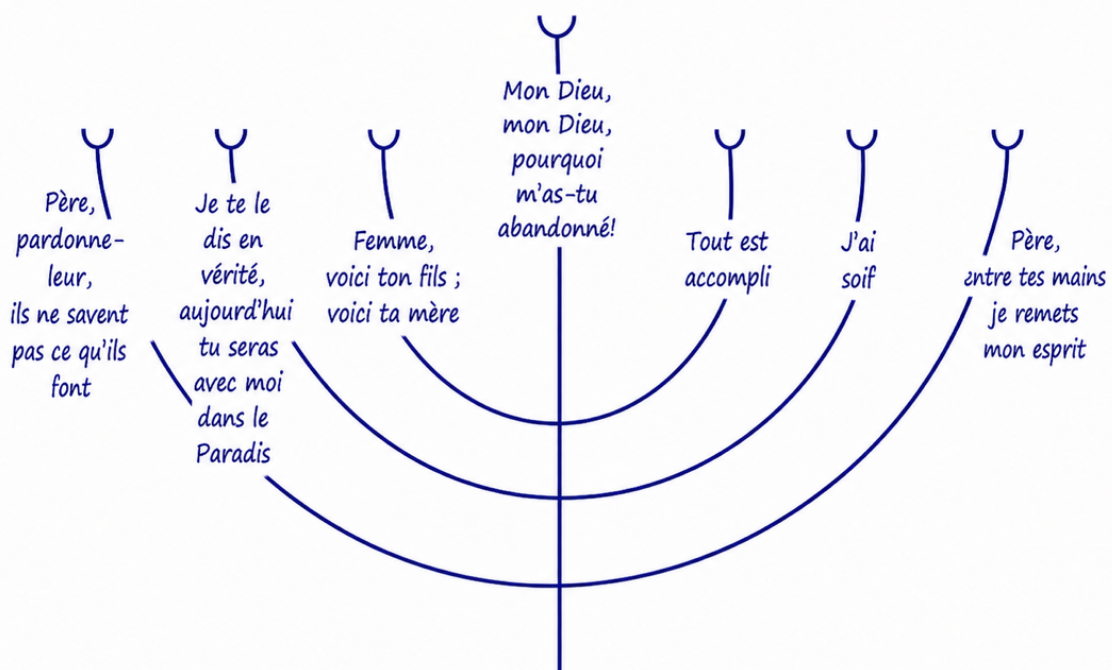
Parmi les sept paroles que Jésus prononce sur la croix, trois sont des prières. Brèves, mais d'une profondeur inépuisable, elles peuvent devenir les nôtres lorsque nous traversons l'épreuve.

L'image de la *Ménorah*, le chandelier à sept branches, peut illustrer la cohérence de ces paroles. Au centre se trouve le cri de Jésus, tandis que les autres paroles se répondent de part et d'autre. Je me concentrerai ici sur les trois prières.

Sur l'axe central retentit la parole tirée du Psaume 22 : « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » (v. 2). Jésus exprime non seulement sa souffrance physique, mais aussi l'épreuve intérieure de celui qui se sent abandonné des hommes et, plus encore, de Dieu lui-même.

Quelle invitation pour notre propre prière ! Il est essentiel d'oser dire à Dieu ce qui nous habite : notre souffrance, nos incompréhensions, nos révoltes et nos questions. La foi n'exclut pas le cri ; elle lui donne un destinataire.

La Ménorah et les sept Paroles de Jésus sur la Croix



La deuxième prière est celle du pardon : « Père, pardonne-leur, car ils ne savent pas ce qu'ils font. » Jésus ne déclare pas directement : « Je vous pardonne. » Il intercède auprès du Père en faveur de ceux qui le crucifient. Il nous révèle ainsi que le chemin du pardon commence par la prière pour ceux qui nous ont blessés.

Cette prière sera reprise par Étienne au moment de son martyre : « Seigneur, ne leur compte pas ce péché » (Ac 7.60). Et elle peut aussi devenir une prière pour nous-mêmes, car notre premier besoin est d'accueillir le pardon de Dieu : « Père, pardonne-moi ; je ne savais pas ce que je faisais. »

Enfin, la troisième prière est la dernière parole de Jésus : « Père, entre tes mains, je remets mon esprit. » Elle est empruntée au Psaume 31 (v. 6) et sera également reprise par Étienne (Ac 7.59). C'est la prière de l'abandon confiant, celle qui remet toute sa vie entre les mains du Père.

Ces trois prières dessinent un itinéraire spirituel :

- présenter à Dieu notre souffrance et notre incompréhension devant le mal, dans le monde comme en nous-mêmes ;

- entrer dans le chemin du pardon, reçu et offert ;
- nous abandonner avec confiance entre les mains du Dieu d'amour.

Les autres branches de la Ménorah se répondent également. À ceux qui empruntent ce chemin est faite une promesse : entrer dès aujourd'hui dans la communion trinitaire — « Aujourd'hui, tu seras avec moi dans le paradis » —, cette communion dont Jésus exprime la soif lorsqu'il dit : « J'ai soif. »

Et un appel leur est adressé : prendre soin les uns des autres — « Voici ton fils... voici ta mère » —, appel que Jésus a vécu jusqu'au bout : « Tout est accompli. »

Les trois prières de Jésus sur la croix résument le chemin de la vie chrétienne. Elles nous apprennent à ne rien cacher à Dieu, même nos nuits les plus profondes ; à laisser son pardon nous transformer afin de pouvoir pardonner à notre tour ; enfin, à remettre notre existence entre les mains du Père dans une confiance toujours renouvelée.

Les autres paroles de la croix en révèlent le fruit : une communion déjà offerte avec le Christ, une soif toujours plus grande de l'unité avec Dieu et entre les hommes, ainsi qu'un amour concret qui prend soin des frères et des sœurs jusqu'au bout.

La Ménorah, souvent comprise comme un **arbre de vie stylisé**, porte la lumière de ses sept lampes. Elle évoque ainsi la vie qui vient de Dieu et la lumière qui éclaire le monde.

Jésus est le véritable Arbre de vie : par sa croix et sa résurrection, il nous communique la lumière qui ne s'éteint pas et ouvre à tous le chemin de la vie éternelle. En accueillant ses sept paroles, nous avançons, guidés par cette lumière, vers la pleine communion avec le Père, le Fils et le Saint-Esprit.

A 15h, chaque jour, dire les sept paroles du Christ en croix

Depuis quelque temps, ces sept paroles accompagnent aussi ma prière quotidienne. Chaque jour, à 15 heures, l'heure où le Christ a remis son esprit au Père et que beaucoup de chrétiens appellent « l'heure de la miséricorde », je m'arrête quelques instants pour les relire et les méditer.

J'ai découvert cette pratique grâce au mouvement [JC2033](#), qui invite les chrétiens de toutes les Églises à préparer ensemble les deux mille ans de la mort et de la résurrection du Christ, en 2033. Parmi les gestes simples proposés figure celui de s'arrêter chaque jour à 15 heures pour remercier le Christ de son offrande sur la

croix et laisser la lumière de sa résurrection illuminer notre vie. [À 15 heures, disons merci au Christ ! \(jc2033.world\)](#)

5. La prière, un entretien de cœur à cœur

Jésus nous dit de « *prier dans le secret* », dans notre chambre, c'est à dire avec notre cœur.

Durant cette retraite, nous avons vécu un atelier sur les « [Perles du Cœur](#) ». La « perle du cœur » me rappelle sans cesse de prier avec le cœur. Je la touche souvent durant la journée, en priant intérieurement que Dieu garde mon cœur et me donne la paix du cœur.

Souvent je récite le verset du Psaume « O Dieu, crée en moi un cœur pur, renouvelle en moi un esprit bien disposé bien disposé. Ne me rejette pas loin de ta face, Ne me retire pas ton Esprit Saint. Rends-moi la joie de ton salut, Et qu'un esprit de bonne volonté me soutienne ! » (51.12-14)

La vraie prière est la prière dite avec le cœur. Elle ne doit pas nous rester extérieure. Comme je l'ai déjà dit, le Catéchisme de Heidelberg, le texte le plus populaire de la Réforme dit que pour être agréée et exaucée par Dieu, la prière doit être faite « *du fond du cœur au seul vrai Dieu* » (Question 117).

Prier, c'est le moment le plus important de la journée, parce que c'est le moment où l'on parle à celui qu'on aime le plus. C'est entrer dans sa maison, celle du Père : le moment de la journée où l'on est vraiment chez soi.

Jésus a dit ces paroles inoubliables : « Venez à moi, vous tous qui peinez et ployez sous le fardeau, et moi, je vous soulagerai, car je suis doux et humble de cœur » (Mt 11.28). Il est doux et humble de cœur, c'est pourquoi Il demande à ses disciples : « Demeurez en moi » (Jn 15.4).

Le pape François a écrit un beau texte sur le symbole du cœur : « [Dilexit nos](#) », « [Il nous a aimés](#) ». Pour lui la vie chrétienne est avant tout un « cœur à cœur » entre le nôtre et celui du Christ, selon la devise de John Newman : « *Cor ad cor loquitur* » (le cœur parle au cœur).

Le cœur est le lieu où le Seigneur nous rencontre, dans un cœur à cœur, en particulier au moment de la Cène, où Jésus vient en nous pour dilater notre cœur.

Jésus nous sauve en parlant à nos cœurs à partir du sien qui connaît le nôtre. Voici un extrait de ce document :

Le monde peut changer à partir du cœur. Ce n'est qu'à partir du cœur que nos communautés parviendront à unir leurs intelligences et leurs volontés, et à les pacifier pour que l'Esprit nous guide en tant que réseau de frères ; car la pacification est aussi une tâche du cœur. Le Cœur du Christ est extase, il est « sortie », il est don, il est rencontre. En Lui, nous devenons capables de relations saines et heureuses les uns avec les autres et de construire le Royaume de l'amour et de la justice dans ce monde. Notre cœur uni à celui du Christ est capable de ce miracle social. (§27-28)

Le cœur est notre trésor

Nous avons un trésor en nous. Ce trésor, c'est notre cœur et de notre cœur jaillissent les bonnes ou les mauvaises pensées et paroles : « L'homme bon tire de bonnes choses du bon trésor de son cœur, et celui qui est mauvais tire de mauvaises choses du mauvais (trésor de son cœur). En effet, sa bouche exprime ce dont son cœur est plein » (Lc 6.45).

L'Esprit saint habite dans notre cœur et y verse l'amour de Dieu dit Paul (Rm 5.5). Pour le rencontrer il suffit de descendre dans notre cœur. Ce dialogue avec lui fortifie notre foi et nous permet de résister à la tentation.

Il nous faut écouter notre cœur. Se demander quel est mon désir ? Parfois nous n'osons pas répandre notre cœur devant Dieu, par timidité. Pourtant les psaumes nous y invitent : « Qu'il te donne ce que ton cœur désire, qu'il accomplisse tous tes projets ! » (Ps 20.5)

« Dieu sensible au cœur »

Le cœur est l'endroit le plus intime de notre être. Quand Elie l'a rencontré, Dieu n'était pas dans la tempête, ni dans le feu, ni dans le tremblement de terre, mais Dieu dans un souffle, une petite voix douce (1 R 19.11-12).

Cette petite voix douce parle au cœur. La prière et le silence permettent d'écouter cette voix de Dieu qui parle à notre cœur. Selon Blaise Pascal il faut que Dieu incline notre cœur et y entre pour créer la foi. Cette pensée célèbre le dit : « c'est le cœur qui sent Dieu, et non la raison. Voilà ce que c'est que la foi, Dieu sensible au cœur, non à la raison. Le cœur a ses raisons que la raison ne connaît point : on le sait en mille choses¹ ».

¹ Sur la notion de cœur chez Pascal, voir <https://www.penseesdepascal.fr/General/Lecoeur.php>

Perdre ou garder notre cœur ?

Le grand danger dans lequel vit notre société technicienne est de perdre notre cœur, c'est-à-dire perdre le contact avec notre centre. Il nous faut garder notre cœur pour répondre à l'appel de Dieu, pour ne pas tomber dans la distraction et la fragmentation. L'Intelligence artificielle accentue ce danger, à tel point que plusieurs penseurs appellent à un moratoire de son développement et rappellent que l'être humain se définit par sa conscience.

La sagesse biblique en était consciente quand elle appelle à prendre soin de son cœur plus que tout : « Garde ton cœur plus que toute autre chose, car de lui viennent les sources de la vie » (Pr 4.23)

Jésus aussi : « Veillez à ne pas vous laisser égarer. Beaucoup, en effet, viendront en se servant de mon nom » (Lc 21.8). Dans des temps troublés surgissent des faux prophètes avec toutes sortes de promesses. C'est alors qu'il faut garder le contact avec notre moi spirituel pour exercer le discernement : « Bien-aimés, ne croyez pas tout esprit ; examinez plutôt les esprits pour savoir s'ils sont de Dieu, car beaucoup de prophètes de mensonge sont sortis dans le monde. » (I Jn 4.2)

Mère Teresa écrivait : « Laisser l'amour de Dieu prendre entière et absolue possession d'un cœur ; que cela devienne pour ce cœur comme une seconde nature ; que ce cœur ne laisse rien entrer en lui qui lui soit contraire ; qu'il s'applique continuellement à accroître cet amour de Dieu en cherchant à lui plaire en tout et en ne lui refusant rien de ce qu'il demande ; qu'il accepte comme venant de la main de Dieu tout ce qui lui arrive ».

Jeûne et prière du cœur

Jésus invite à jeûner non pas de manière ostentatoire, mais avec le cœur, dans le secret : « Toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage, afin de ne pas montrer que tu jeûnes aux gens, mais à ton Père qui est là, dans le secret ; et ton Père, qui voit, là, dans le secret, te le rendra ». (Mt 6.18). Il insiste aussi sur cet aspect du cœur pour la pratique de la prière et du don. Nous avons à vivre ces [« trois piliers de la vie spirituelle »](#) avec le cœur devant un Père qui nous aime et voit dans le secret. J'y reviendrai demain.

Voilà ce qui est important : tout faire avec le cœur, dans la conscience que le Père du ciel est là, plein d'amour, dans nos maisons et dans notre chambre et qu'il veut nous rencontrer dans un cœur à cœur.

Prière pour prier avec le cœur

Toucher la perle du cœur et celle de l'écoute.

« Jésus, je désire vivre ce moment comme un cœur à cœur avec toi. Viens et visite mon cœur par ton Esprit, pour que je sache comment prier !

Enseigne-moi à prier avec le cœur et donne-moi un cœur qui écoute !

Que ces douze perles soient comme les douze portes de la Jérusalem céleste pour entrer dans ta présence !

Je crois que tu m'aimes immensément !

Que mon cœur ressente ton amour qui guérit !

Conduis-moi sur le chemin de la conversion du cœur ».

Conclusion

En contemplant la prière de Jésus, nous découvrons que la prière est un entretien de cœur à cœur avec le Père. Jésus ne se contente pas de nous en donner l'exemple ; il nous introduit dans sa propre relation filiale.

Par l'Esprit Saint, son dialogue avec le Père devient le nôtre. Toute notre vie est appelée à devenir cette communion intérieure, où notre cœur s'ouvre toujours davantage au sien.

Demain, nous approfondirons cette révélation en méditant la prière que Jésus lui-même nous a enseignée : le **Notre Père**, porte d'entrée dans ce dialogue filial avec Dieu.