

La Prière orthodoxe

[...]. La prière n'est pas une chose en soi, un exercice en soi, séparée du reste. La prière désigne quelque chose de très vaste, qui est tout le processus de la vie spirituelle en Christ ou de la connaissance théologique, au sens large.

Le mot "prière" a un sens extrêmement vaste. Il consiste dans le fait que **la seule connaissance de Dieu, qui peut nous être promise, est une connaissance par union**. La Tradition orthodoxe a transmis cet enseignement selon lequel il n'y a pas d'autre connaissance de Dieu qu'une connaissance par union. Donc il n'y a pas d'autre connaissance de Dieu que celle qui est donnée par la prière, expérience progressive mais véridique de l'union de la créature au Créateur.

Le mot prière désigne l'ensemble des activités dans lesquelles l'homme entre en communion avec Dieu, que cela soit dans une activité liturgique, que cela soit plus dans l'activité du logos dans l'homme, de la raison, que cela soit dans une activité plus orientée vers l'intériorité du cœur, que cela soit dans l'activité extérieure, dans l'application des commandements; tout cela est appelé prière. **C'est tout le processus d'assimilation, d'union à Dieu, don de déification dans le fond.**

Cela dit cette vie s'enracine dans le cœur. Le lieu d'habitation de Dieu en nous, l'endroit où nous allons trouver le Royaume des Cieux en nous, un jour, ou que nous avons trouvé, c'est le cœur de l'homme. Ce vaste programme extrêmement vaste qui englobe toute la vie de l'homme et de la création, qui se manifeste dans la prière liturgique où l'on voit qu'il y a tout le cosmos, s'enracine aussi dans le plus petit, le plus secret, le plus caché de l'homme, c'est à dire dans son cœur. **Pour cette raison là, on revient forcément à la purification du cœur, de ce lieu, à la libération à l'égard des passions, à la question de la guérison, de la thérapeutique, puisque l'être humain, aussi appelé qu'il se sente par Dieu, est handicapé.**

Le péché originel et nos fautes propres créent un handicap spirituel et psychosomatique foncier, qui se manifestent par les maladies du corps. Ceci, dans la 1^o phase de la prière, nous fait rencontrer des obstacles considérables qui peuvent nous décourager [...].

Evangile de la "Samaritaine" : la figure de l'humanité, c'est l'être accidenté. Il est là, sur le bord de la route, entre la vie et la mort, et Dieu descend dans ce monde là où l'humanité est accidentée, et il la soigne, la guérit, la confie à l'Eglise, de façon à ce que l'être accidenté apprenne quelque chose, puisse reconnaître le Bon Samaritain, quand Celui-ci reviendra, à la fin des temps [...].

Saint Jean Cassien parle, dans son ouvrage des "conférences" (chapitre 9), des difficultés que rencontre celui qui prie (en particulier le moine). Il y a un cercle: la prière peut-être considérée comme une thérapie, thérapie par excellence. En même temps, c'est elle qui purifie l'âme, le cœur, et elle suppose pour être en plénitude que la guérison est effectuée.

Cela correspond à **deux grandes phases de la vie en Christ**: une phase où la prière va être une activité de purification du cœur, et une phase où l'âme et le cœur étant purifiés, la prière va devenir une véritable prière, c'est à dire une "prière de feu". Mais seulement quand l'âme est guérie, donc quand il n'y a plus de problème des passions. Alors, **l'être complètement tendu vers Dieu, complètement uni par la grâce de l'Esprit Saint, n'a d'yeux que pour Dieu, n'a de cœur et de pensées que pour Dieu. Il est tout en Dieu et Dieu est tout en lui.**

"La perfection du cœur consiste en une **persévérance ininterrompue de prière**", dit saint Jean Cassien. La base, c'est la continuité et la fidélité, au sens biblique, la persévérance au sens ascétique. **"Nous avons besoin de faire un effort vers l'immobile tranquillité d'âme et une pureté perpétuelle"**. C'est un effort essentiellement de concentration, de rassemblement, et de garde à l'égard des pensées qui agitent l'âme et empêchent l'œil de l'âme (l'esprit) de rejoindre le cœur, car les pensées constituent un obstacle entre l'esprit et le cœur. Tranquillité (tranquillitas, en latin), c'est le terme "hésychia" (en grec). Au IV^e siècle, saint Basile l'emploie, tous les Pères l'emploient.

C'est quelque chose de très important pour toute la Tradition spirituelle de l'Orthodoxie, qui place **au début de la vie spirituelle, la "tranquillisation"**. C'est la définition du courant hésychaste. Avant toute chose, il est nécessaire de **pacifier son âme, d'avoir cette tranquillité qui est peut-être un autre nom de la purification.**

Saint Basile compare **les "passions"** à des bêtes sauvages. Elles sont agressives parce qu'elles ne savent pas, mais elles ne sont pas méchantes en soi. **Il faut simplement les calmer, les apprivoiser. Alors, on peut continuer à marcher.** Il dit que l'homme qui prie est comme quelqu'un qui entre dans la forêt ou dans un désert. Il rencontre deux sortes d'animaux qui se jettent sur lui, car ce sont des animaux déraisonnables. Mais s'il sait leur parler, les calmer, il continue. Dans l'Evangile de l'aveugle devant la porte de Jéricho (c'est exactement le même type spirituel), il entend quelqu'un qui passe; on lui dit que c'est le Christ, le Messie. Mais il ne peut pas rejoindre le Christ car il y a entre le Christ et lui des passants qui le bousculent et qui l'empêchent. C'est la figure dans la prière de **ces obstacles qui sont les pensées, les passions qui donnent des images, des représentations, toute une agitation dans l'âme. Ceci nous empêche de rejoindre le Christ**, qui est pourtant là. Le Christ est en nous, c'est nous qui ne sommes pas en nous.

Par conséquent, **nous restons en exil de nous-mêmes, à l'extérieur de nous-mêmes, de notre propre cœur, où le Christ est.** Parce qu'il y a entre notre cœur et nous-mêmes, les pensées passionnées et les représentations passionnées que nous n'avons pas encore traversées. **Il ne s'agit pas de lutter contre les pensées, les passions, c'est une erreur:** personne ne peut lutter contre les passions, les pensées ou les représentations. On ne lutte pas contre quelque chose qui est néant, on ne lutte pas contre le vide. Lutter contre le monde spirituel déchu, ou lutter contre les pensées qu'il suscite, c'est lutter contre du néant.

En revanche, on lutte pour: pour être avec le Christ, dans cette tension continue. "Un effort constant, une persévérance ininterrompue, une constance que rien ne lasse" dit saint Jean Cassien. Cette tension vers le Christ, vers Dieu, dans Son Nom (au moins), dissipe les pensées et les représentations, simplement parce que nous les traversons par cet effort là.

L'aveugle de Jéricho ne lutte pas contre les passants qui le bousculent. Il continue simplement à crier. Et finalement, c'est le Christ qui dit: "Faites-le venir". **Dans la vie spirituelle, il y a un moment où notre crie est tellement fort que cela traverse l'écran, le mur, l'obstacle des pensées, ou des représentations passionnées, qui agitent et tourbillonnent notre âme.** Cette concentration, cette tension finit par unifier l'intérieur (l'âme, ou le cœur lui-même) dans un mouvement continu et finalement par calmer cette agitation.

Un autre élément est **la contrition du cœur.** Il ne suffit pas pour la prière d'être comme pour une méditation, qui est un effort de concentration sur le Nom divin ou dans la liturgie, par exemple pour bien écouter. Cela est déjà très important, la liturgie nous calme si nous sommes très attentifs. Nous arrivons à être purifiés de nos passions par la liturgie elle-même. La lecture d'un texte de la Bible est aussi une prière, cela nous calme. Tout ce que nous faisons avec le Christ nous calme. L'application des commandements nous calme, nous dépassionne. Mais cela ne suffit pas. Il faut un autre élément, la contrition du cœur. Le cœur a sa part.

Le cœur a sa part. Il y a un effort global de l'intériorité, qui est celui de l'âme, et de l'esprit de l'homme, qui se fixe, s'oriente dans une tension continue vers Dieu. Il y a une part qui est celle du cœur, qui lui est propre, qui est l'affliction, la supplication. L'aveugle de Jéricho est dans une supplication continuelle. Le cœur est dans le gémissement, la "contrition avec une constance que rien ne lasse".

Donc, il y a deux aspects: un aspect de concentration, de tension vers Dieu et un aspect de contrition ou d'affliction, qui fait que notre prière est vivante. Une méditation, une concentration, c'est déjà

bien mais cela ne suffit pas pour faire une prière chrétienne, une prière incarnée et une prière liée à l'obsession du salut, d'être délivré, guéri, ce qui est la base de la prière.

La base de la prière, c'est: "Tire-sous de la mort, de l'enfer, de la maladie, guéris-moi, sauve-moi". Dieu s'intéresse à nous en tant qu'il est Sauveur, parce que nous avons besoin d'être sauvés. Cette tension et cette affliction, qui sont les 2 éléments de base de l'expérience intérieure, s'applique tout de suite à traverser l'écran intérieur formé par les passions, les représentations passionnées, les pensées passionnées.

" Il y a un travail préparatoire qui consiste à débarrasser notre âme des débris et des ruines des passions, puis à jeter sur la terre vive et solide de notre cœur, ou plutôt sur la pierre dont parle l'Évangile, les très fermes fondements de la simplicité et de l'humilité, où cette tour de la prière puisse s'asseoir inébranlablement" dit saint Jean Cassien.

Saint Jean Cassien donne toutes sortes d'instructions concernant la rupture avec les mouvements intérieurs qui sont les mouvements passionnés, par exemple: "pas seulement les soucis, mais le souvenir même du monde; les problèmes d'argent, de gestion, de fin de mois; renoncer aux distractions, bavardages, paroles vaines, bouffonneries. Avant tout, supprimer le trouble de la colère, les soucis mais le souvenir même des soucis...".

Il faut donc une forme donc d'introspection (on revient là à des questions de dévoilement des pensées. Le fait de pouvoir dire la vérité sur soi-même d'une manière ou d'une autre pour voir où nous en sommes avec ces attachements). Car si nous n'avons pas rompu avec cela, par exemple l'amour de l'argent, dès que nous allons commencer à prier, nous allons rencontrer cela. L'amour de l'argent va se présenter à notre prière dans des images, pensées, préoccupations continues, et nous n'allons pas y arriver. Donc il y a un point à faire sur l'état où nous en sommes par rapport à la colère, à la préoccupation des autres. **Toutes les préoccupations d'autrui n'ont rien à faire dans la prière et sont liées au fait que nous sommes dans le jugement, l'envie, ou l'esprit de domination.**

Il y a quelque chose derrière cela, qui encombre notre intérieur et nous rend incapables d'avancer vraiment vers Dieu, même si nous crions. Nous pouvons crier pendant 60 ans, et si nous ne rompons pas avec la curiosité à l'égard du prochain, dans la communauté paroissiale, cela va rester.

"Après avoir entièrement retranché et détruit ces vices et leurs pareils, qui ne peuvent échapper même au regard humain, poser l'édifice spirituel des vertus".

Il ne suffit pas de rompre avec cela. Cela désigne la vie extérieure à la prière elle-même, au sens strict. **Il faut mettre en place quelques actes positifs conformes à l'Évangile.** Les commandements,

la visite des pauvres, des malades, l'aumône. Ce sont des actes positifs, conformes aux commandements du Christ, qui remplace l'espace laissé par les passions avec lesquelles on a rompu. Comme dit saint Basile, on peut aller dans le désert, dans la mesure où on y va en emportant le monde dans la mémoire, on n'a rien quitté. C'est donc très important d'arriver dans le comportement extérieur et la garde des pensées, à ne pas laisser la mémoire ramener constamment ces soucis. Cela nécessite un effort avec la liturgie. **C'est une nécessité, avant de commencer la prière stricte, liturgique ou intérieure, de prendre un quart d'heure tranquille** pour laisser les choses décanter, et éventuellement, si quelque chose pèse, de s'en délivrer, s'en décharger. Se libérer pour pouvoir accomplir l'œuvre essentielle qui est de s'unir à Dieu.

Il y a une détermination de la volonté libre qui est la nôtre. C'est cette détermination qui habitue l'esprit. Au début on a besoin d'un temps assez long. "Tel nous voulons être dans la prière, tel il nous nous y rendre auparavant". Nous aurons dans la prière les dispositions que nous y aurons apportées. Ainsi, avant de prier, on lit quelques lignes d'Évangile, par exemple [...].

Si on entre dans la prière avec une attitude d'affirmation de soi, on continue à vouloir s'imposer à Dieu dans la prière. Et au bout d'une heure, on dit: c'est curieux, je suis sec. Évidemment, cela fait une heure que je marche sur les pieds de Dieu pour lui prendre sa place. Au contraire, si on arrive à entrer dans la prière avec une attitude juste qui est de s'effacer, c'est une bonne chose pour nous. Alors j'entre dans la prière avec une attitude de demande, en toute simplicité, sans prétention, donc très librement [...].

C'est la grande question de la prière continuelle, ce précepte de saint Paul, dans laquelle il voit le seul moyen de réaliser véritablement le projet et la promesse de la déification. C'est notre but à tous, notre programme: accomplir cette promesse pour nous-mêmes et pour le monde (car si un être participe à la déification, l'ensemble de la création y participe), de déification. Saint Jean Cassien dit qu'il n'est pas possible d'accomplir **cette déification sans une prière continuelle, puisque la déification est le résultat d'une union continuelle, au début fragmentaire, puis de plus en plus approfondie, intense et intime.**

Cette prière continuelle est impossible tant qu'il y a ces parasites. Saint Jean Cassien cite cette phrase de l'Évangile : "Prenez garde que vos cœurs ne s'appesantissent dans la crapule et l'ivresse et les soucis de la vie présente" (Luc 21,34). "Voulons-nous que nos prières pénètrent jusqu'au Cieux et au-delà des Cieux ? Veillons à affranchir notre âme de tout vice terrestre, purifions-là de la lie des passions afin de la rendre à sa naturelle subtilité". dit Cassien. Il fait remarquer que le Christ, dans cette parole, n'a pas parlé de gros crimes, homicides, vols, assassinats, mais il a nommé: "la crapule, l'ivresse et les soins des sollicitudes de ce monde". Ces 3 vices entendus à la lettre appesantissent

l'âme qui s'y livre, la séparent de Dieu et l'abaissent vers la terre [...]. Ce qui nous gêne est quelque chose de très simple: les soucis de la vie présente (le ménage qui n'est pas fait, un coup de tpf à donner, une pensée concernant une personne,...). **C'est cela qui revient dans la prière sous forme d'image. Et également les appétits, dans le domaine de la sensualité ou de la nourriture.** Cela est évident. Mais plus subtil et plus graves, très handicapants spirituellement, sont ces soucis tous simples, préoccupations, activismes, qui sont sournoisement là et viennent constituer une véritable montagne au moment de s'approcher de Dieu.

(Source : "Cours de Patristique - Saint Jean Cassien" - Père Marc Antoine Costa de Beauregard - Institut Orthodoxe Français de Paris - Saint Denys L'aréopagite - cours 10, pages 63-69)