

LA PRIÈRE, COMME EXPÉRIENCE DE SOI-MÊME,  
DU MONDE ET DE DIEU

G. SIEGWALT.

La prière, *une expérience*, une expérience de soi-même, du monde et de Dieu \*.

Je me souviens, il y a quelques années, dans une paroisse de Strasbourg, un groupe de jeunes ménages. Nous avons traité déjà plusieurs sujets, ceux qu'on traite toujours dans de tels groupes : l'amour, la sexualité, le heurt des personnes et comment vivre avec un conflit dans le couple, les enfants, les problèmes d'éducation etc. Alors quelqu'un a demandé que nous parlions de la prière. Tout le monde était d'accord : « c'est vrai, c'est important ». Mais qui le fera ? Dans le groupe lui-même il ne s'est trouvé personne. Chacun disait : « Oh, je ne sais pas ; j'ai tellement de mal avec la prière ; j'ai tant à apprendre ! » Nous nous sommes alors adressés à quelqu'un de l'extérieur, et nous avons eu une étude biblique sur la prière. C'était bien ; c'est toujours bien de se mettre à l'écoute de la Bible et de ce qu'elle dit de la prière. Mais ce n'était pas ce que nous cherchions. Nous cherchions non pas une étude *sur* la prière, mais une *expérience* de la prière, plus précisément une aide, des indications pour que la prière puisse devenir une expérience pour nous. Non certes que plusieurs d'entre nous ne priaient, de temps en temps ou même régulièrement. Mais nous voyions toujours les difficultés de la prière. Elle ne faisait pas partie de notre vie ; elle était quelque chose de sur-ajouté, quelque chose de forcé. En tout cas, elle se situait en marge de notre vie, et nous n'aurions pas osé ni pu dire que la prière est une expérience de soi-même, du monde et de Dieu.

\* Conférence donnée à Guebwiller, le 18.12.1980. Nous lui avons laissé son style parlé.

## I

Alors, je voudrais parler d'abord de *la prière comme difficulté, voire même comme impossibilité*. Et je voudrais dire ici deux choses :

Premièrement: C'est vrai que *la prière est chaque jour à nouveau difficile et même quelquefois nous la vivons comme quelque chose d'impossible*. Les disciples ont demandé à Jésus : « *Apprends-nous à prier* ». Ils avaient conscience de leur incapacité à prier, eux qui pourtant avaient grandi dans la religion juive et qui avaient ensuite suivi Jésus. Nous ne savons pas prier ! *Prier est un don*, c'est une *grâce* que nous ne pouvons que recevoir, que tous les jours nous devons accueillir.

C'était lors d'un grand rassemblement de chrétiens en Allemagne, il y a des années de cela. L'immense hall était bondé de monde, des centaines et des centaines de personnes. On parlait de la prière. On parlait de la promesse attachée à la prière, on faisait état d'exaucements de la prière. C'était prenant, enthousiasmant. À la fin, un dernier orateur se leva pour prendre la parole. Il dit : « Je ne voudrais parler qu'à ceux qui ne connaissent pas l'exaucement, qui vivent la prière comme un échec et qui se désespèrent de prier ». — Je m'arrête un instant ici. J'ai lu le compte rendu de ce rassemblement il y a longtemps, et je me souviens combien j'ai été touché par les simples paroles de cet homme. Il parlait pour moi, comme pour ceux qui étaient comme moi, qui connaissaient plus l'échec que le succès dans la prière. Cette histoire m'a consolé, m'a aidé. Ici j'étais accepté dans ma propre misère, dans ma médiocrité. J'ai toujours été plus aidé par des paroles comme celles de cet homme que par des bulletins qui ne parlent que de victoires. Je n'avais pas dans ma vie que des victoires, je ne savais même pas si j'en avais du tout. Quand je lis la fin de la 1<sup>re</sup> épître de Pierre, je pense à cet homme. Il y est dit : « *Soyez sobres, veillez ! Votre adversaire, le diable, comme un lion rugissant, rôde, cherchant qui dévorer. Résistez-lui, fermes dans la foi, sachant que les mêmes souffrances sont réservées à vos frères, dans le monde* » (5 : 8s). C'est la fin qui me touche : « *sachant que les mêmes souffrances sont réservées à vos frères, dans le monde* ». J'interprète alors « souffrances » dans le sens d'insuccès, d'échecs. L'apôtre qui parle ici, il connaît cette réalité, et il sait qu'elle est celle de tous. Je ne suis plus rejeté, avec mes difficultés. Je me sens accepté, reconnu, tel

que je suis. Et cela me donne de l'espoir. Je pense ici aussi à la phrase d'un théologien contemporain Paul Tillich. Il dit : *la grâce, c'est cela. « C'est être accepté quoique je sois inacceptable, et à cause de cela, parce que je suis accepté, je peux maintenant m'accepter moi-même, avec mes difficultés, avec mes échecs, et je peux également accepter les autres, ceux avec lesquels je vis, dans leurs difficultés... »*. Oui, *prier, être capable de prier, c'est une grâce*. Mais elle vaut précisément pour ceux qui connaissent leur difficulté, voire leur incapacité à prier. La grâce, est toujours un don immérité. Nous confessons Dieu comme le Dieu de la grâce, et Il l'est. C'est ce que voulait dire aussi cet orateur au rassemblement que j'ai évoqué. Il a simplement ajouté une phrase encore à son discours. Il a dit : « Voici ce qui est écrit dans la deuxième partie du livre d'Isaïe (42 : 3) : *Il — le serviteur de l'Éternel, le Messie qui doit venir — ne brisera pas le roseau ployé ; il n'éteindra pas la mèche qui brûle encore* ». *Prier, une grâce pour ceux qui ne savent pas prier, et pour ceux qui savent prier, une grâce dont ils vivent.*

Mais il faut dire une *deuxième chose* à propos de la prière comme difficulté. La première chose que nous avons vue, c'est qu'il est difficile que la prière devienne une expérience : il faut nous laisser donner cette expérience. Je reviendrai là-dessus par la suite. Ce que nous voulons voir maintenant, c'est que *la difficulté à prier est liée à la vie, soit aussi bien à l'expérience de la vie qu'à l'absence d'expérience de la vie. Prenons l'un après l'autre chacun de ces cas.*

André Chamson, dans « Le chiffre des jours », parle du moment où, à 18 ans, il est monté de ses Cévennes natales à Paris pour y faire des études à l'Université. Lors des premières vacances, il rentre chez lui, et il sait que son aïeule va lui poser la question : « André, qu'en est-il de ta foi ? ». Et bien, la foi il l'a perdue, et il sait qu'il devra le dire à l'aïeule. Elle répond, après un bref silence, par ces mots qui s'imprimeront profondément dans la conscience de Chamson : « Dieu te rattrapera ».

On dit : « Peu de science empêche de croire. Beaucoup de science aide à croire ». Et il y a quelque chose de vrai à cela. Un simple vernis de science rend facilement orgueilleux, prétentieux, tandis que la vraie science rend souvent humble. Mais il y a aussi de grands savants athées, comme il y en a qui sont croyants. La vraie science aide l'un à croire, et en empêche l'autre. Et ce que je dis de la foi, vaut également pour la prière.

Mais ce n'est pas la science qui fait croire ou ne pas croire, qui aide à la prière ou qui l'empêche, c'est autre chose.

La même chose vaut aussi pour la vie, pas seulement pour la science. *L'expérience de la vie, de soi-même, des autres, du monde, prépare les uns à la foi et à la prière et en coupe les autres.* « J'en ai trop vu », entendons-nous dire, c'est-à-dire : « ne venez pas avec vos histoires, de Dieu, de la foi, de la prière ... ». Mais un autre dit : « c'est à travers les épreuves que j'ai appris à croire et à prier ».

Comment expliquer la différence entre les deux attitudes ? Je ne l'explique pas. On ne peut que la constater. On peut seulement dire que quand *la science devient prétention*, on dirait aujourd'hui qu'elle devient idéologie, c'est-à-dire quand elle veut être plus que savoir, quand elle se substitue à une quête plus profonde encore en l'homme que celle du savoir, à la quête de *sens*, alors, oui, elle barre la route à la foi et à la prière. Le sens en effet de la vie n'est pas de l'ordre du savoir, de la science, le sens dépasse la science.

Et on peut dire aussi, à propos de *la vie* (cette fois-ci), que quand elle *devient auto-justification* (comme quand la science devient prétention), c'est-à-dire quand la vie, avec ses succès et ses échecs, sa grandeur et sa misère, se considère comme close, quand elle justifie le succès par la grandeur de l'homme et les échecs, aussi les fautes, par sa médiocrité, quand elle reste enfermée sur elle-même, alors la foi et la prière elles aussi s'étiolent. Alors « ça sent le renfermé dans une telle vie », elle tourne autour d'elle-même, elle ne connaît pas l'espace large où l'on respire. *Le oui à la prière est obstrué chez bien des hommes, et toujours à nouveau dans la vie de chacun d'entre nous, quand nous justifions notre vie telle qu'elle est.* J'aimerais citer ici un psaume, le *psaume 32*. J'y pense souvent, et je reçois alors toujours ses paroles comme une invitation à faire comme il y est dit. C'est lorsque s'accumulent dans une vie la fatigue, l'insatisfaction, les petites frictions de la vie quotidienne avec ceux avec lesquels je vis, un certain désordre dans le travail, une absence de discipline, la difficulté à la paix, à la joie intérieure, lorsqu'une faute me surprend et que tout à coup elle est là avec sa pesanteur propre, entachant tout le reste, alors il y a *comme un barrage à la prière, à la foi*. Et alors je sais pourquoi le Christ a établi dans son Église *le ministère de la réconciliation*, qui est un ministère d'écoute et d'absolution — « ceux à qui vous remettez les

péchés, ils leur seront remis » — et alors je trouve dans les paroles de ce psaume ma propre description, celle de mon état de lourdeur, de pesanteur due à l'absence de grâce, et j'y trouve également l'indication de la voie, du chemin à prendre: « *Tant que je me taisais, mon corps s'épuisait à gémir tout le jour ; car jour et nuit, ta main pesait sur moi, ma sève s'altérait aux ardeurs de l'été. (Alors) je t'ai avoué mon péché, je n'ai pas couvert une faute. J'ai dit : je confesserai mes offenses au Seigneur, et tu as enlevé le poids de mon péché* » (32 : 3-5).

*Pour trouver ou retrouver la grâce de la prière, il faut souvent et toujours à nouveau laisser enlever un barrage qui est en nous et qui est constitué par toute l'expérience de la vie non assumée, c'est-à-dire non transfigurée par la grâce.* Il y a comme une respiration qui ne se fait plus, en tout cas plus normalement, parce qu'il y a alors des choses de notre vie que nous n'exposons pas à la lumière, que nous ne laissons pas guérir, irradier par le soleil d'en haut, le soleil qui est le Christ et qui, comme le soleil visible veut chauffer et guérir notre corps, veut irradier et transformer notre être profond. *La prière est un dire, un dire à Dieu, mais pour que ce dire puisse avoir lieu, il faut souvent et toujours à nouveau que nous nous disions à Dieu en présence d'un homme, d'un frère, d'un confesseur, qui a reçu le don, l'autorité pour cela ; plus simplement il faut que nous nous disions à quelqu'un, qui nous entend de la part du Christ et qui de sa part nous annonce la parole et la grâce.*

La confession ainsi entendue, le dialogue avec quelqu'un, et j'y inclus aussi le dialogue avec un *psychothérapeute* là où il comprend lui-même la chose ainsi, cela veut et peut favoriser l'accouchement à un nouveau dire, à une nouvelle possibilité de vivre, d'aimer, de croire, de prier. Ceux qui sont appelés au sacerdoce ministériel, pasteur, prêtre, ceux que le Christ a, par la dure école qui est la sienne, formés à la paternité spirituelle pour que, tel saint Paul, ils puissent devenir des instruments du Christ pour faire naître à la foi et donc aussi à la prière des hommes et des femmes qui se laissent servir par les serviteurs du Christ, ceux qui vivent leur travail de psychothérapeutes comme un service qui actualise le ministère de guérison du Christ, ils sont des accoucheurs tant à la foi qu'à la prière.

Ils le sont, ils peuvent l'être pour ceux qui sortent du cercle vicieux, infernal de la science devenant prétention, et de la vie

devenant auto-justification, pour ceux qui reconnaissent que la science et la vie nous enferment, tuent notre liberté, si nous les absolutisons, c'est-à-dire s'il n'y a la grâce. *La difficulté de la prière est liée à la vie, à l'expérience de la vie, quand nous ne voyons pas qu'au-delà de la vie, de l'expérience de la vie, il y a une grâce qui est plus forte que la vie, que l'expérience de la vie, que la science aussi, et que cette grâce peut et veut entrer dans la vie, dans l'expérience. dans la science pour les ouvrir, les renouveler, les transfigurer.*

Il n'y a pas seulement une *difficulté à prier* du fait de l'expérience de la vie, mais aussi *du fait de l'absence d'expérience de la vie.*

On parle aujourd'hui, et à juste titre, de *l'absence d'expérience.* Oh, certes, on sait énormément, les horizons de la science vont loin, mais voilà ce que me disait il y a quelques jours le Directeur d'un Centre chrétien de Rencontres, parlant d'un colloque de scientifiques et de techniciens auquel il avait assisté : « Sur le plan de l'humanité et de la foi, beaucoup d'entre les participants *étaient des bébés* ». Pas tous, mais beaucoup ; ils pouvaient parler de leur savoir et de leur savoir-faire, mais ils étaient frustes, incultes en matière d'humanité. On peut faire la même constatation dans tous les milieux, et les théologiens n'en sont pas exempts que l'on forme dans la science théologique mais qui n'apprennent pas, sauf alors grâce à l'école de la vie, à se connaître eux-mêmes et le monde. Il faut parler de ce déficit d'expérience, d'expérience de soi et d'expérience du monde, car *il n'y a pas d'expérience de Dieu sans expérience de soi et sans expérience du monde.*

Prenons *l'expérience de soi.* « Connais-toi toi-même », dit l'oracle de Delphes. Je préfère parler *d'expérience* de soi-même, car le savoir sur nous ne suffit pas. Ce que les sciences nous disent sur nous, la philosophie, l'anthropologie, la sociologie, l'histoire, la biologie, et ainsi de suite, cela est de l'ordre du savoir.

Mais notre réalité est encore d'un autre ordre ; elle est de l'ordre du *vécu.* Et souvent il y a un *fossé entre le savoir et le vécu.* Quelqu'un a employé l'image suivante : *l'homme moderne,* contemporain. ressemble à une maison d'un ou de plusieurs étages, peu importe ; tout y est fonctionnel, rationnel, ordonné. Mais dans la cave hurlent les fauves ! Eh oui, il y a *des fauves en nous.* C'est une image, on pourrait la préciser, la nuancer, et les

sciences, la philosophie des profondeurs par exemple, sont elles-mêmes utiles et importantes en cela. Le fait demeure : ce n'est pas d'apprendre par la science qu'il en est ainsi qui m'aide à vivre avec ces fauves, à les assumer, à les apprivoiser, pour qu'ils soient des puissances de créativité et non de destruction. *La plupart des hommes fuient leur propre « ombre »*, comme dit la psychologie, cette partie cachée et pourtant réelle de nous-mêmes, mais nous sommes toujours rattrapés par elle. Elle nous accole — comme précisément notre ombre. La science nous fait savoir qu'elle existe sans nous aider pour autant à vivre avec elle ; la fuite devant notre ombre arrive au mieux à la refouler, mais non à la rendre inopérante ; elle agit alors sottement, nous déterminant comme malgré nous : cela est la base de bien des maladies, psychiques et psychosomatiques. La question est alors : *comment vivre avec cette ombre*, sans qu'elle devienne dangereuse pour nous ? *Comment vivre avec moi-même ?*

Il y a dans ce domaine une grande perplexité chez beaucoup de nos contemporains et peut-être chez nous-mêmes ! D'un ami cher, proche, quelqu'un me disait : *c'est un homme libéré*. C'est-à-dire : il est libre de lui-même, et ainsi libre, disponible pour les autres. On n'est pas libre de soi si on se fuit soi-même, son ombre, mais seulement si on a intégré son ombre à soi. C'est un long chemin, pour chacun, un chemin qui dure toute la vie qui reprend tous les jours. Comment vivre avec nous-même, demandions-nous ? C'est la même chose de demander : *comment devenir libres de nous ?*

Il ne faut pas maintenant se payer de mots. Il ne suffit pas maintenant de dire : Croyez en Dieu, croyez au Christ, car c'est lui qui libère. Pour vrai que cela soit, il ne faut pas vouloir être au but sans faire le chemin qui y mène. Nous sommes toujours tentés de cela, et alors nous sommes toujours rattrapés par tout ce qui en nous ne peut se dénouer qu'en suivant ce chemin, et nous sommes balancés entre l'exaltation de la victoire et l'abîme du désespoir. *On n'atteint pas le but sans prendre le chemin qui y mène*. Certes, chez certains, ce chemin est court, quelquefois très court. Mais lorsqu'il est si court, souvent ils doivent le remonter peu après, pas à pas, tout en ayant un pied déjà au but. À nul le chemin n'est épargné ; je parle du *chemin sur lequel il fait l'apprentissage de soi-même*.

Parce que notre civilisation occidentale dominante nous donne

si peu d'aide pour cela, il y en a tant qui recourent à des drogues, à certaines formes de dynamique de groupe et de psychothérapie de groupe, également à telles formes de méditation venant d'Orient, d'Inde, du Tibet, du Japon, le yoga, le zen... Ils veulent vivre quelque chose, se vivre, afin de pouvoir mieux vivre. Je ne parle pas ici des *drogues*, dont on sait assez qu'elles sont encore une fuite dans un paradis artificiel ; elles n'aident pas à vivre, mais sont en général un problème supplémentaire pour la vie et, avec l'accoutumance, de plus en plus difficile à surmonter. Certaines formes de *psychologie de groupe* peuvent aussi être une fuite, une immersion momentanée dans des expériences de groupe très fortes, mais qui par après vous laissent désemparés et quelquefois accablés d'un poids nouveau. Et je connais des pratiquants de telle forme de *méditation orientale* qui en font une religion d'auto-rédemption et que cette pratique, au lieu de les ouvrir à la grâce, en éloigne. Mais il serait faux de penser que c'est tout, comme si d'autres n'avaient pas trouvé grâce à la *psychothérapie, individuelle ou en groupe*, un nouvel accès, et quelquefois le premier vrai accès à eux-mêmes, à leur corps, à leur affectivité, à leur imagination, à leur intuition, donc à cette dimension de leur conscience dont on parle peu et que l'on éduque peu dans nos familles et dans nos écoles, et aussi à leur subconscient, à leurs rêves et à la parole de vie qui peut être celle des rêves. Et par *la méditation sous la forme en particulier du zen* qui certes nous vient aujourd'hui du bouddhisme mais dont on découvre que cette même forme était pratiquée au Moyen Age dans des monastères chrétiens sans avoir été importée d'Extrême-Orient, par cette simple *méditation de la respiration*, beaucoup ont trouvé un nouveau chemin vers eux-mêmes, vers leur propre centre et vers Dieu qui, de ce centre d'eux-mêmes, leur devient tout proche, là où cette méditation est vécue en relation avec la prière chrétienne, la méditation de la Parole et l'Eucharistie.

L'expérience de soi, qui manque, ne permet pas non plus l'expérience de Dieu, tandis que l'expérience de soi authentique, celle qui ne triche pas, celle qui sait que l'enjeu de l'expérience de soi, c'est l'intégration à soi de son ombre, non seulement a le plus de chance de se faire dans le rayon d'action de la grâce du Christ, mais encore prépare à l'expérience de Dieu. Expérience de soi et expérience de Dieu vont ensemble.

Et parlons encore de *l'expérience du monde*. Je l'ai déjà dit : nous

savons beaucoup sur le monde, mais le savoir ce n'est pas l'expérience. *Notre savoir est unidimensionnel*, rationnel, visant à la domination du monde. Il y a aussi de l'expérience au niveau de la science, mais l'expérience, c'est ici *l'experimentum*, pour vérifier des hypothèses et pour élargir la connaissance, le savoir, la science. *L'expérience du monde est d'un autre ordre, irréductible à l'expérience scientifique, l'englobant et la dépassant en même temps.* J'entends par expérience ici *l'expérience que nous faisons avec l'expérience scientifique, à savoir qu'elle est unidimensionnelle*, qu'elle passe à côté d'autres dimensions de la réalité ; et j'entends par *expérience, celle que nous faisons de ces autres dimensions de la réalité*, que la science n'atteint pas, et en particulier l'expérience que nous faisons du *mystère* du monde. Le monde que pourtant nous croyons connaître et que nous dominons par la science et la technique, en dernière analyse nous échappe. Pensons au *tremblement de terre*, à la *crise écologique* : le monde ne se laisse pas entièrement soumettre par l'homme. Lorsque nous considérons le monde comme totalité, lorsque nous ne disséquons pas simplement le monde en tranches de science, mais pensons le monde comme unité, comme totalité, alors nous devenons attentifs à *une transcendance qui affleure dans le monde même*, à une dimension dernière du monde, qui fait dire à l'apôtre Paul (Rom. 1 : 20) que « *ce qu'il y a d'invisible depuis la création du monde* — et Paul entend par cet invisible Dieu comme créateur —, *cela se laisse voir à l'intelligence à travers ses œuvres* », c'est-à-dire quand nous ne nous contentons pas de savoir, mais quand nous pensons ce que nous savons, quand nous n'imposons pas au monde une approche unidimensionnelle mais quand nous l'appréhendons dans toutes ses dimensions, alors nous décelons dans le monde le mystère de sa propre transcendance, de ce qui le dépasse, de Dieu qui porte le monde, qui, tout en étant transcendant comme Dieu, est aussi immanent au monde, et parle par le monde et agit en lui et par lui.

Comme l'expérience de soi, l'expérience du monde est sous-développée aujourd'hui. Et cette absence d'expérience explique aussi l'absence d'expérience de Dieu.

J'ai écrit il y a quelques années un article sur la prière, le monde invisible et Dieu, et j'y dis : « *La prière dépérit là où la perception du monde invisible est obstruée* » Et également : « *Tout comme le monde visible a plusieurs niveaux ou dimensions, le monde invisible a aussi*

*plusieurs niveaux ou dimensions* ». Je ne peux pas développer cela ici. Je veux simplement dire par là : *nous-mêmes, la vie, le monde sont beaucoup plus riches qu'en général nous ne le pensons*. Si nous nous ouvrons à cette richesse, qui comporte aussi un aspect « ombre », tant pour nous-mêmes que pour le monde, alors *l'expérience de nous-mêmes et l'expérience du monde nous prépare à l'expérience de Dieu* qui nous englobe nous-mêmes comme il englobe le monde et qui devient perceptible quand, au lieu de nous détourner de nous et du monde, nous venons à nous-mêmes et nous venons à toute la réalité autour de nous, pour les recevoir comme le don de Dieu, le lieu de sa visitation et qu'Il veut et peut transfigurer par sa grâce.

J'ai parlé jusqu'ici de la prière comme difficulté, et j'ai dit que la prière est grâce, et que la difficulté à saisir cette grâce tenait à la réalité, soit à l'expérience de la réalité, soit à l'absence d'expérience, aussi bien de soi que du monde.

## II

Mais alors, *qu'est-ce que la prière, et comment confère-t-elle elle-même une expérience de nous-mêmes et une expérience du monde ?*

Je dirai ici : *la prière est un respirer, un écouter et un dire*.

Un *respirer*. C'est là ce que nous réapprennent les formes de méditation orientale. On est simplement là, assis si possible le plus près du sol, la colonne vertébrale bien dressée, les yeux à demi fermés, et on laisse la respiration se faire. On se détend dans l'expiration, plus longue que l'inspiration, on abandonne avec l'expiration toutes les crispations, on les *dépose* et on se dépose pour ainsi dire au fond de soi-même, dans ce qu'on appelle le « hara » le centre de soi, dans ce que la Bible appelle les entrailles. Et de l'inspiration on reçoit le souffle qui fait vivre et dans l'expiration on le laisse aussi bien nous inonder pour le déposer dans le « hara », et pour s'y déposer soi-même avec lui qu'on le rend à d'où il vient. La prière, un respirer. Pas besoin pour cela de faire du Zen ou du Yoga, et pourtant je reconnais avec gratitude tout ce que je dois moi-même à la pratique de la méditation dans la forme du Zen, mais qui, encore

une fois, n'était pas inconnue, sans avoir ce nom, du monachisme médiéval. Je pense à mon bureau, dans lequel je suis visité toujours à nouveau par le stress comme d'autres connaissent le stress dans leur propre profession. Il m'arrive alors d'ouvrir un instant la fenêtre, de lever les bras et de dire avec le psalmiste : « *Tu me mets au large* », et par ce geste l'étroitesse, l'angoisse (« *angustia* ») qui nous marque au niveau des poumons et du cœur, peut partir. Et je pense à mon petit « *Herrgottswinkel* » un petit coin avec une icône, une bougie et la Bible ouverte, avec devant un petit tapis, où de temps en temps je vais m'agenouiller, la tête au sol, non toujours pour dire, mais pour simplement déposer ma fatigue, mes crispations. pour respirer, « respirer en Dieu ».

La prière, un respirer, c'est-à-dire d'abord un silence.

*La prière, un écouter,*

La respiration nous prépare à *l'accueil*, à l'écoute. Il faut peu pour cela, *un texte de la Bible*, quelquefois seulement une *parole*. Cela peut aussi être à l'occasion une parole ou un texte d'un témoin de l'histoire des religions ou de l'histoire de l'Église chrétienne. *Écouter*, cela peut aussi être toujours à nouveau un *voir* : C'est ce que nous apprend l'orthodoxie avec ses icônes. *Écouter, voir, cela a toujours pour but de laisser le Christ venir en nous*, de l'accueillir, le Christ qui est le Kosmokrator, à qui appartiennent terre et ciel, pour qui il n'y a rien qu'il ne puisse, qu'il ne veuille transfigurer, renouveler.

*Et enfin, la prière un dire :*

- un « *se* » *dire* (un dire), par l'action de grâces, la confession des péchés, la supplication,
- un « *dire le monde* » l'homme, toute la création, aussi par l'action de grâces, l'humiliation, l'intercession,
- un « *dire Dieu* » pour l'adoration et la louange.

Ce dire prendra toujours à nouveau la forme du *Credo*, de la confession de foi qui nous introduit dans le monde comme création de Dieu, comme objet de sa rédemption, comme lieu de l'action de l'Esprit sanctificateur.

Et ce dire prendra toujours à nouveau également la forme du

*Notre Père*, cette prière qui englobe le monde, comme l'a appelée H. Thielicke.

Par ce respirer, cet écouter, ce dire, la prière devient *expérience de soi et du monde et de Dieu tout à la fois*. Elle inspire toute la vie, petit à petit, et nous devient aussi nécessaire que la nourriture quotidienne.

*Un mot de conclusion.*

Nous avons d'abord parlé de la difficulté à prier. Cette difficulté demeurera toujours, comme demeurera la difficulté à croire, à aimer, à espérer. Nous connaissons toujours à nouveau l'échec de la prière, donc toujours le désert, la nuit, où Dieu ne vient pas remplir le silence dans lequel nous voulons l'accueillir. Celui qui prie sait cela. Il sait que dans la prière, nous sommes à jamais *des mendiants pour recevoir la grâce de la prière*. La prière est à jamais une grâce. Nous vivons des temps de grâce, des moments où elle est donnée. Et aussi dans les moments où elle n'est pas donnée, où il nous semble qu'elle nous délaisse, la prière exprime notre attente de la grâce. Comment la grâce viendrait-elle si nous ne savons pas qu'elle nous devance, là même où elle se retire, si nous ne rendons pas grâces pour elle dans son absence même, pour alors aussi rendre grâces pour sa présence, quand à nouveau elle nous devient perceptible.

Il faudrait encore dire un mot sur le rapport entre *la prière individuelle*, dans la solitude de la « chambre », et *la prière communautaire*. La communauté, l'Église est elle-même un lieu d'expérience de soi dans la communion avec d'autres, d'expérience du monde et d'expérience de Dieu. La prière individuelle et la prière communautaire veulent s'éclairer et s'enrichir mutuellement.

Gérard SIEGWALT.