

CONSEILS POUR LA PRIERE

1 / La préparation de la prière

Lire le texte choisi. Relever un certain nombre de points sur lesquels je désire m'arrêter ; essayer de formuler à moi-même la grâce que je pourrais demander en commençant l'oraison.

2 / Le commencement de la prière

Il importe de bien soigner le début et la fin de la prière en respectant les prescriptions suivantes :

- exprimer par le corps et l'esprit mon désir de trouver Dieu ; m'offrir à Dieu avec tout ce que je suis pour l'écouter et me laisser transformer.
- me représenter par l'imagination ce que je vais contempler ou méditer.
- à partir du sujet médité, demander à Dieu « ce que je veux et désire », cela en fonction du point où j'en suis.

3 / Pendant la prière

- prier à partir du texte choisi et préparé en accueillant ce qui se présente ..., faire ce que l'on peut, en sachant que ce qui se passe dans la prière ne peut être que donné.
- **Colloque** : la méditation du texte ou sa contemplation conduit à ce qu'Ignace appelle un colloque, c'est à dire exprimer à Dieu ma parole à moi en réponse à sa parole à Lui.

« faire un colloque, c'est parler comme un ami parle à son ami ... tantôt on demande une grâce, tantôt on s'accuse d'une chose mal faite, tantôt on confie ses affaires et on demande là-dessus conseil ».

Il importe d'être fidèle au temps que l'on s'est fixé. Car, chercher Dieu, c'est le chercher pour ce qu'il est, et non pour ce qu'il donne.

4 / La fin de la prière

Il est nécessaire de la marquer par une prière vocale (Notre Père ...)

5 / Après la prière

Pendant une dizaine de minutes, faire mémoire du temps de prière en s'interrogeant sur deux plans distincts :

- ce qui dépend de nous, c'est à dire la forme de la prière.
Et cherchant à voir quelle attitude corporelle m'a aidé, si j'ai prié ou non avec tout ce que je suis, c'est à dire mon intelligence, ma mémoire et mon affectivité ? Quel a été mon comportement par rapport à mes distractions ?
- ce qui s'est passé dans la prière :
Noter pour soi et par écrit pour en garder la mémoire, les goûts et lumières ou dégoûts, résistances ou obscurités suscités par telle Parole de l'Écriture, par telle pensée ou image survenue dans la prière, ou par tel aspect de ma vie.