

"Seigneur je ne sais pas prier!"

Souhaites-tu vraiment devenir une âme pénitente (pénitente et joyeuse)? Alors défends, pardessus tout, les moments que tu réserves chaque jour à la prière: une prière intime, généreuse, prolongée; veille à ce que ces moments n'arrivent pas à l'improviste, mais qu'ils aient une heure fixe, autant que faire se peut. Et ne cède pas là-dessus. Fais-toi l'esclave de ce culte quotidien à Dieu et, je te l'assure, tu te sentiras toujours plein de joie. (Sillon, 994)

19 février

Lorsque je considère la façon dont certains envisagent la vie de piété — ces échanges entre le chrétien et son Seigneur — et qu'on m'en propose une image désagréable, théorique, pleine de formules toutes faites bourrées de rengaines sans âme, favorisant plus l'anonymat que la conversation personnelle, en tête-à-tête avec Dieu Notre Père — l'authentique oraison vocale n'est pas compatible avec l'anonymat —, je me rappelle ce conseil du Seigneur : Dans vos prières, ne rabâchez pas comme les païens: ils s'imaginent qu'en parlant beaucoup ils se feront mieux écouter. N'allez pas faire comme eux; car votre Père sait bien ce qu'il faut que vous lui demandiez. Un Père de l'Eglise a écrit à ce propos : je crois que le Christ nous demande d'éviter les longues prières,

longues quant à la suite interminable de paroles, mais non quant au temps. Le Seigneur lui-même nous a donné en exemple la veuve qui, à force de réclamations, vient à bout de la résistance du juge inique; et cet autre exemple de l'ami importun qui arrive la nuit à des heures indues et qui, par entêtement plus que par amitié, obtient de son ami qu'il sorte de son lit (cf. Lc 11, 5-8; Lc 18, 1-8). Par ces deux exemples Il nous invite à la demande constante, non dans d'interminables prières, mais par le simple exposé de nos besoins.

Et si malgré tout, au début de votre méditation, vous n'arrivez pas à concentrer votre attention pour parler avec Dieu, si vous vous trouvez froids et que votre tête semble incapable de formuler la moindre idée, ou que votre coeur ne réagit pas, je vous conseille ce que j'ai toujours essayé de faire dans ces cas-là: mettez-vous en présence de

votre Père et dites-lui tout au moins:
“ Seigneur je ne sais pas prier, je ne
trouve rien à te raconter !... Soyez-en
sûrs, à ce moment même vous avez
commencé à prier. (*Amis de Dieu,*
145)

pdf | document généré
automatiquement depuis [https://
opusdei.org/fr-be/dailytext/seigneur-je-
ne-sais-pas-prier-2/](https://opusdei.org/fr-be/dailytext/seigneur-je-ne-sais-pas-prier-2/) (20.02.2026)