

## **“Les moments que tu réserves chaque jour à la prière”**

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)

9 décembre

Comment va ta vie de prière ?

N'éprouves-tu pas le besoin, pendant la journée de parler plus calmement avec Lui? Ne Lui dis-tu pas: tout à l'heure je Te raconterai, tout à l'heure je parlerai de cela avec Toi ?

Dans les moments que nous consacrons spécialement à ce dialogue avec le Seigneur, notre cœur s'élargit, notre volonté s'affermit, notre intelligence, aidée par la grâce, imprègne de réalités surnaturelles les réalités humaines. Tu en tireras toujours des résolutions claires, pratiques, pour améliorer ta conduite et faire preuve envers tous les hommes d'une délicatesse pleine de charité, et te consacrer à fond, avec la ténacité des bons sportifs, à cette lutte chrétienne faite d'amour et de paix.

La prière devient constante, comme le battement du cœur, ou celui du pouls. Il n'y a pas de vie contemplative sans cette présence de Dieu et, sans vie contemplative, il ne sert pas à grand-chose de travailler pour le Christ, car les efforts de ceux qui construisent sont vains si Dieu ne soutient la maison.

Le chrétien ordinaire — qui n'est pas un religieux et qui ne se retire pas du monde, parce que le monde est le lieu de sa rencontre avec le Christ — n'a pas besoin pour se sanctifier d'un vêtement particulier ou de signes distinctifs. Ses signes sont intérieurs: présence constante de Dieu et esprit de mortification. En réalité ils ne font qu'un, car la mortification n'est rien d'autre que la prière des sens. (...) (Quand le Christ passe, nos 8-9)

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-lu/dailytext/les-moments-  
que-tu-reserves-chaque-jour-a-la-prier/](https://opusdei.org/fr-lu/dailytext/les-moments-que-tu-reserves-chaque-jour-a-la-prier/)  
(22/02/2026)