

Mysterium Fidei n° 46 – Le quart d’heure d’oraison

Publié le 1 avril 2007
Abbé François Fernandez-Faya
3 minutes

Avril – mai 2007

Le quart d’heure d’oraison

Les règles du Tiers-Ordre saint Pie X prévoient comme obligation quotidienne l’assistance à la Messe de toujours et communion si possible – ou un quart d’heure d’oraison.

Dans la mesure du possible, il vaut mieux privilégier l’assistance à la messe, mais ce n’est pas toujours chose facile en raison de l’éloignement des lieux de culte traditionnel et du devoir d’état, bien absorbant, comme celui par exemple des mères de familles nombreuses.

Nous ne sommes plus au temps où il n’y avait qu’à traverser la rue pour trouver une bonne messe, dans sa paroisse.

C’est pourquoi notre fondateur a prévu ce quart d’heure d’oraison de remplacement. Cet exercice est devenu familier aux habitués des retraites spirituelles, selon la méthode de saint Ignace et autre. L’oraison est une prière mentale par laquelle nous considérons avec de pieuses affections les vérités de foi.

Une méthode très simple de faire oraison, accessible à tous, **c’est de se servir d’un bon livre et d’en goûter chaque pensée, un peu comme la colombe qui prend une gorgée d’eau puis regarde le ciel pour l’avaler.** Quand nous n’avons ni pensée ni sentiment, servons-nous de ceux des autres.

Sainte Thérèse d’Avila fit oraison avec un livre pendant 17 ans.

N’oublions pas surtout de terminer notre oraison par une résolution particulière pour la journée : éviter telle faute ou mieux pratiquer telle vertu. L’oraison doit être un exercice d’amour. Ainsi l’entendait sainte Thérèse qui la définissait comme « *pas autre chose qu’un commerce d’amitié, un entretien fréquent, seul à seul, avec Celui dont nous nous savons aimés* ».

Cet amour suppose foi et espérance. La foi nous rappelle les vérités qui doivent nous éclairer et nous diriger, l’espérance nous porte à nous adresser à Dieu, avec une confiance filiale. Ainsi l’oraison est source de paix, bonheur, force et sainteté.

L’oraison peut se faire à toute heure du jour, mais le moment le plus propice est le commencement de la journée.

Le démon, disait saint Vincent de Paul, fait tout ce qu’il peut pour nous empêcher de faire oraison, car il sait bien que, s’il est le premier à nous remplir de pensées frivoles, il en sera le maître toute la journée.

Terminons par cette belle constatation de **saint Louis de Grenade** :

« *Si des animaux sauvages, disait-il, finissent par s’apprivoiser, à force de vivre avec les hommes, et à prendre comme des mœurs humaines, ceux qui vivent avec Dieu par l’oraison finissent par prendre des mœurs divines.* »

Votre aumônier vous souhaite un temps pascal sanctifié ainsi qu’un fervent mois de Marie.

Abbé François Fernandez †