



## Animer une prière guidée

**Objectif :** faire vivre une expérience de prière s'inspirant de la méthode ignatienne.

**Enjeu :** *parler suffisamment* pour aider à l'attitude de la prière *tout en laissant du silence* pour laisser Dieu parler à ses créatures.

- Si l'animateur parle trop : il prend la place de Dieu
- S'il ne parle pas assez : il n'aide pas suffisamment.

De ces deux problèmes, il vaut mieux moins parler que trop. L'animateur doit inciter à faire l'expérience de la présence de Dieu, mais doit se reconnaître impuissant à la faire vivre lui-même.

### Méthode :

- Parler à la 1<sup>ère</sup> personne du singulier
- Soutenir l'imagination de ceux qui prient : aider à la composition de lieu.
- Déterminer 3 points (maximum) dans le texte à contempler. Pour ce faire, l'animateur doit prier lui-même sur le texte avant la soirée, et déterminer 3 points, comme 3 éléments propices à la contemplation de la scène. Cela peut être un lieu, une parole à entendre, un geste de Jésus, le sentiment intérieur d'un personnage, etc.

### Méthodologie de la prière guidée

#### Mise en présence (3 minutes)

*Au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit*

*Je me mets en présence de Dieu*

- *Du Père ... qui aime tous ses enfants ...* (1 min de silence)
- *Du Fils ... qui est notre maître et Seigneur ...* (1 min de silence)
- *Et du Saint-Esprit ... l'amour de Dieu en nous ...* (1 min de silence)

#### Composition de lieu (1 minute)

*J'imagine la scène : ... Je vois le lieu ..., tel élément, .... tel personnage, .... Comme si j'étais moi-même présent à côté.*

#### Demander une grâce (1 minute)

*Je demande une grâce au Seigneur : « Seigneur, je te demande la grâce de ... »* (1 min de silence).

#### Les points (environ 8 minutes)

Pour chaque point choisi préalablement par l'animateur, il s'agit d'utiliser les verbes de sens : voir, entendre, sentir, toucher. Ces 3 points sont autant de façon de « sentir et goûter » la présence de Dieu.

#### Colloque (3 à 5 minutes)

*Je fais le colloque. Je parle à Jésus comme un ami parle avec un ami ... Je réponds à Jésus à partir de ma contemplation de la scène. ....(3 min de silence)*

*Jésus, je te présente aussi ma journée, .... Tel souci .... Tel événement, ....*

#### Notre Père (1 minute)

*Je termine ma prière : Notre père, ... .*

*Au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit.*



## Juste après

Je peux noter sur un carnet le fruit de ma prière.

### Exemple de points sur Jn 1, 35-39

Point 1 : Voir Jean et ses disciples.

*Je peux voir Jean au bord du Jourdain... il baptise.... Ses disciples sont avec lui .... Ils voient Jésus passer sur le chemin à côté*

Point 2 : Entendre Jean-Baptiste et voir les disciples partir pour suivre Jésus

*Je peux entendre en moi cette phrase prononcée par Jean-Baptiste : « Voici l'agneau de Dieu ».*

...

*Puis je peux voir les disciples de Jean-Baptiste qui le quitte pour suivre Jésus... les regarder partir à la suite de Jésus, ....*

Point 3 : Entendre le dialogue entre Jésus et les disciples

*Je regarde Jésus qui se retourne, comme surpris ....*

*J'écoute ce qu'il dit : « que cherchez-vous ? » ....*

*J'écoute la réponse des disciples : « Rabbi, où demeure-tu ? »...*

*J'écoute la réponse de Jésus : « Venez et voyez » ...*

*Puis regarder les disciples qui suivent Jésus là où il va ....*