

LA PRIÈRE

Pour certains jeunes, c'est dans les rencontres de catéchèse qu'ils ont découvert la prière. Arrivés pour cheminer vers la confirmation, pour la plupart ils ne sont pas coutumiers de ce temps personnel.

Invitons les jeunes à prier, donnons-leur le goût de la prière, le besoin de la rencontre personnelle avec le Seigneur ; mais n'oublions pas qu'on ne peut forcer les autres à entrer en relation avec le Seigneur et disons-nous que cette relation, ils la vivent peut-être d'une manière bien personnelle et peut-être tout autre que celle que l'on souhaiterait.

Quelques petits rappels :

Nous ne récitons pas, nous disons « Notre père », « Je vous salue Marie », nous nous adressons à quelqu'un.

Parlons lentement, prenons le temps en faisant une légère pause après chaque phrase

Dans la prière nous parlons au Seigneur, mais n'oublions pas de l'écouter !

Apprenons le silence pour laisser au Seigneur la place pour nous parler.

ANNEXE 1

Faut-il apprendre des prières par cœur ? (A vous catéchistes)

Apprendre par cœur évoque pour la plupart d'entre nous des souvenirs scolaires douloureux... De là à rejeter complètement ce moyen pédagogique, il n'y a qu'un pas que nombre de parents, voire de catéchistes franchissent, à tort et à raison : essayons d'y voir plus clair.

Prier, c'est parler avec Dieu

Prendre conscience que Dieu est notre compagnon, qu'à tout moment et en tous lieux on peut s'adresser à Lui parce qu'Il est proche, est le but ultime de la catéchèse. Apprendre à quelqu'un à prier, c'est à la fois un immense cadeau que l'on peut lui faire, et à la fois un acte éducatif impossible. Impossible de forcer quelqu'un à devenir intime avec un autre, fut-il Dieu : on ne peut forcer quiconque à prier. Même si des formules extérieures sont récitées, elles ne deviennent véritablement prière que si le cœur parle également.

Encore faut-il avoir en soi des mots pour converser

Catéchistes, il nous est tous arrivé de poser une question à un enfant et de le voir rester muet. Muet de timidité ou par peur de mal dire, mais aussi muet parfois parce qu'il ne trouve pas les mots pour exprimer ce qu'il ressent... **Apprendre des prières par cœur est un des bons moyens d'offrir d'excellents mots.** Les mots du *Notre Père*, du *Je vous salue Marie* ou de toutes ces prières que la tradition de l'Eglise nous livre, ont été pesés, expérimentés, façonnés par nombre de chrétiens avant nous. Qui pourrait mieux nous guider que Jésus lui-même : « Vous donc, priez ainsi : Notre Père... » Mt 6,9-15 ? « Moi qui ne vais plus à l'église et qui ne crois plus en rien, quand j'ai appris l'accident de ma fille, je me suis mise à réciter des *Notre Père* ! » **Apprendre des mots par cœur permet de les garder en nous**, bien plus profondément ancré que nous ne le croyons...

Mais si ces mots ne sont rien de plus que des formules mécaniques, comment peuvent-ils permettre de « parler avec le cœur » ?

Ce n'est pas l'apprentissage par cœur qu'il nous faut rejeter, mais la « récitation forcée ». Pour que les mots appris par cœur deviennent des mots « dits avec le cœur », il faut que l'apprentissage soit vécu à la fois **avec plaisir** (on peut apprendre par jeu, progressivement, pour « faire mieux que la dernière fois ») et à la fois **avec le souci de donner du sens à ces mots**. Et là, rien de mieux que notre témoignage de parent ou de catéchiste : « Moi, quand je dis "donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour", je pense très fort à Jésus et je lui demande en même temps de me donner ce que j'ai besoin sur le moment pour mieux vivre intérieurement. Ça peut être : "donne-moi du courage" ou "donne-moi de la patience", ça dépend de ce que je vis. » Un témoignage, c'est bien autre chose qu'une explication magistrale et ça donne envie de « parler avec le cœur »...

ANNEXE 2

Comment construire un temps de prière

Préparer sa prière (Notre Dame du Web)

La prière est, en tous points, semblable à la rencontre avec un ami.

Cela se passe en 3 temps :

Me préparer

Accueillir

Demander.

NB : Il est bon d'avoir un carnet pour noter ce que l'on désire garder chaque jour de sa prière. C'est un précieux outil pour sa vie spirituelle !

1. Me préparer

Quand j'ai rendez-vous avec un ami ou une amie je me prépare à la rencontre. Je pense à l'avance à ce que je voudrais lui dire, lui confier... Si je le reçois chez moi, je peux même arranger la pièce pour qu'elle soit agréable avec un bouquet, de la musique de fond, etc.

Avec Dieu, il en est de même. Un temps de prière est un moment privilégié de rencontre avec Dieu lui-même : Je me prépare le cœur pour donner et pour recevoir. Je me dispose à la rencontre sans savoir exactement ce qu'elle sera. Pour bien vivre ce rendez-vous et ne pas le rater, je m'y prépare :

- Je fixe l'heure et le jour du rendez-vous,
- Je décide de la durée à cocher sur mon agenda, 10 minutes, 20, 30 ? 60 ?
- Je choisis l'endroit où je vais me poser afin d'être tranquille, sans téléphone et sans risque de coup de sonnette intempestif.
- Je peux l'organiser : une bougie, une icône, un fond musical... si cela m'aide.
- Je pense un peu à l'avance à la manière dont je vais prier pour ne pas arriver au rendez-vous en me demandant quel va être le sujet de notre « conversation ».

2. Accueillir

Le jour « J » quand mon ami arrive, j'ai ma manière à moi de l'accueillir. J'aime bien ce moment où je reçois l'autre tel qu'il se présente, les mains vides ou avec un petit cadeau, ne sachant pas encore tout ce qu'il va me dire, tout ce que nous allons nous partager.

Au début de la prière, je prends également le temps d'accueillir Dieu et de me laisser accueillir par lui. Je l'accueille à ma manière, avec :

- les mots qui sont les miens ou ceux hérités de mes ancêtres dans la foi « me voici Seigneur »,
- avec des gestes par lesquels je lui dis mon respect en mettant un genou à terre ou en m'inclinant,
- mais aussi que je suis des siens par le signe de croix.

3. Demander

Enfin, avant de me mettre à l'écoute du Seigneur, je prends le temps de lui demander ce que je veux. Autrement dit, je lui exprime mon désir, ce que, profondément, je souhaite qu'il me donne. Par exemple, je peux lui demander quelque chose en lien avec le récit évangélique que je vais prier. Ou bien je peux lui formuler une demande en rapport avec ce que je vis sur le moment :

- lui demander une lumière sur un point précis de ma vie,
- lui demander la paix si je me sens agité,
- ... ou simplement lui demander de m'apprendre à prier, de m'aider pour cela !
L'important est de demander au Seigneur quelque chose qui me tient à cœur pour entrer ainsi en relation avec lui en lui présentant mon désir de vivre.
- En m'approchant du lieu de la prière, je me souviens que je vais passer un moment d'intimité avec le Seigneur.
- Je cherche un espace et une position qui m'aident à être présent.
- Je fais silence, j'éteins mon portable, je respire lentement : tout mon corps s'apaise.
- Je réalise que j'entre en présence du Seigneur. Je le regarde comme lui me regarde.
- Après un signe de croix, je demande à l'Esprit Saint de me soutenir pour être à l'écoute du Seigneur durant le temps de la prière. Que tout ce qui se passera m'aide à trouver Jésus Christ pour mieux le connaître, l'aimer davantage et le suivre de plus près.

ANNEXE 3

Prier: comment faire ?

Se mettre dans une attitude de prière

C'est-à-dire se mettre dans une attitude de rencontre avec Dieu en faisant le signe de croix ;
« Au nom du Père et du Fils et du Saint Esprit »

Faire silence...

Pour s'ouvrir à la présence de Dieu

S'adresser à Dieu

S'adresser à Dieu, au Père, à Jésus le Christ ou à l'Esprit (ou encore à Dieu par l'intermédiaire de Marie) pour le remercier, lui demander pardon ou demander son aide

Prendre un texte déjà écrit ou

Prendre un texte de la Parole de Dieu (bible) ou

Dire des paroles personnelles

Faire silence...

Pour laisser Dieu me parler

Conclure

Terminer par un "Notre Père"

ou tout autre prière mettant en lien avec les chrétiens du monde entier.

faire le signe de croix ;

« Au nom du Père et du Fils et du Saint Esprit »

ANNEXE 4

Les différentes formes de prières

Prière d'action de grâce

Merci Seigneur nous sommes réunis...

Merci Seigneur nous avons vécu ...

Pour cette journée qui commence, merci de...

Prière de demande de Pardon

Eviter que cela devienne une séance de culpabilisation, ne jamais oublier que l'Amour de Dieu est premier.

Prière de demande

Le Seigneur nous dit : « frappez et l'on vous ouvrira... »

Ne pas hésiter à demander.

Demander avec respect, on ne demande pas, même à son meilleur ami, n'importe quoi.

Prière où l'on se raconte au Seigneur

Seigneur je te dis : « »

Ce qu'on fait ...

Ce qu'on vit...

Les gens que l'on confit...

Prière où l'on fait silence devant le Seigneur

Simplement pour être avec lui fortement quelques instants

Cette forme de prière peut paraître difficile.

Aménager la longueur du temps de silence en fonction de l'âge des personnes et de leur habitude au silence.

Choisir un moment porteur :

- Après la lecture d'un texte de la Parole de Dieu,
- Après un témoignage
- Après avoir réalisé quelque chose qui nous plaît
- Après toutes activités où les participants se sont donnés, sont heureux.

Les lieux peuvent parfois inviter au silence et à l'écoute (nature, chapelle, ...)

Prier avec un chant

Le texte du chant devient texte de prière, il est parlé.

Le refrain peut-être chanté

Le chant garde sa fonction première de chanter, dans ce cas il est nécessaire d'introduire la prière en disant calmement ce que nous allons dire comme prière avec ce chant, à qui nous allons nous adresser.

Prière gestuée, ou prier avec son corps

Sur un chant on ajoute des gestes simples, déjà choisis ou que l'on laisse choisir aux personnes présentes

Sur un texte de prière choisit par le groupe, après concertation on ajoute des gestes simples, parlant à tous.

Si une répétition des gestes est nécessaire, ce qui est souvent le cas, il est indispensable de bien signifier quand commence la prière en faisant le Signe de la croix, en allumant une bougie, en ouvrant le livre de la Parole...

Rappeler que la prière s'adresse à quelqu'un, au Seigneur en particulier et donc que les gestes doivent être beaux, et venir du cœur

On ne gestue pas chaque parole : ce n'est pas un mime

Chacun reste libre de ne pas faire les gestes avec lesquels il n'est pas à l'aise, ou qu'il ne comprend pas

Prière avec l'aide prière simples ou non

Ces prières ont plu, elles ont aidés dans une rencontre personnelle avec le Seigneur.

En reprenant les textes de ces prières, les jeunes sont invités à exprimer avec leurs mots, leurs expressions, la richesse de leur vie, une autre prière.

Par exemple à partir d'un psaume.