



Fiche pratique



Fiche n°4

INITIER A LA PRIERE

La prière est avant tout une expérience à vivre et à relire. Elle permet de passer d'une « connaissance de Dieu » (interrogation sur Dieu, son existence, les contenus de la foi...) à une « relation à Dieu » (l'écoute d'un « Dieu qui parle et qui appelle une réponse, -un dialogue ou le priant utilisera à la fois les pronoms « je » et « Tu »).

Voici des pistes de réflexion : chacun fait avec les moyens qu'il a, mais il est important d'ouvrir différentes portes avec les catéchumènes. Il est aussi utile de relire l'expérience avec eux !

I. Préliminaires : la prière est une rencontre

- a) L'accompagnateur s'enracine dans sa propre expérience qu'il peut partager comme un témoignage.
- b) Certains catéchumènes ou « recommençants » ont déjà une vie de prière. Elle pourra être une porte d'entrée.
- c) Il est important d'éveiller à la conscience d'une présence : on prie quelqu'un qui est vivant, que l'on rencontre comme un ami (relation). Si la prière est relation, comment est-ce que je nomme Dieu ? Quel est le premier mot de ma prière ?
- d) Le silence est essentiel pour l'éveil à l'intériorité : écouter « l'hôte intérieur » et y laisser résonner une Parole (importance de la Parole dès le premier Testament (« Ecoute, Israël... » Dt 6,5), une phrase de l'Écriture qui est écoutée... reçue... accueillie... pour éclairer notre aujourd'hui).
- e) La prière est variée et peut se vivre de différentes façons. Il faut veiller à respecter les sensibilités de chacun en étant à l'écoute du vécu des catéchumènes. On peut aussi inviter le catéchumène à apporter des prières composées par d'autres ou en apporter soi-même.

II Les difficultés de l'accompagnateur

- a) *Ce qui nous freine le plus souvent:*
 - la pudeur car la prière est un dialogue profond, intime
 - la peur d'imposer un « modèle » qui ne convient pas à la personnalité du catéchumène
 - la difficulté d'expliquer en quoi consiste la prière.
- b) *Où trouver de l'aide ?*
 - auprès des équipes catéchuménales
 - dans la liturgie, au cours de célébrations priantes, avec des chants que l'on découvre avec le catéchumène.
 - auprès du catéchumène lui-même, dans un dialogue à cœur ouvert.

III. Pistes pour apprendre à prier

A. Parler de la prière et donner des voies

- ✓ Proposer des prières classiques :
 - le *Notre Père*, seule prière donnée par Jésus et « prière des baptisés ».
 - le *Je vous salue Marie*

- les *Psaumes*.

On peut aussi analyser le contenu de ces prières.

- ✓ Ecouter des chants, les reprendre... il y en a pour tous les « états d'âme »
- ✓ Partir du quotidien, de la nature, de la flamme de la bougie Et faire découvrir une « présence ». Remercier pour des joies, confier des peines, des espérances, des souffrances. Et pour cela, amener le catéchumène à réfléchir sur ce qu'il pourrait dire au Seigneur de ce qu'il vit.
- ✓ Initier ce que l'on appelle la « prière de Jésus » ou la « prière du cœur ». Une forme de prière qui remonte aux origines du christianisme pour répondre à l'exhortation de saint Paul (« Priez sans cesse » (1Th5, 17) et qui consiste à répéter de courtes formules. Parmi celles-ci, c'est la formule « *Seigneur Jésus, Fils du Dieu vivant, aie pitié de moi pécheur* » qui a été codifiée au XIV^e s au Mont Athos. C'est une manière de libérer un espace de silence intérieur afin de préparer l'accueil de Dieu qui est en nous.
- ✓ S'interroger sur la différence entre « prier » et « dire des prières » ; la place de la Parole de Dieu dans la prière (lire un texte, le laisser parler) ; le rôle de l'Esprit-Saint dans la prière (Il vient en aide à notre faiblesse (Rm 8, 26)).
- ✓ Attirer l'attention sur les différentes formes de prière : la prière de demande, l'intercession, l'action de grâce, la louange, l'oraison, la méditation, la contemplation, l'adoration...

B. Conseils pratiques pour amener vers la prière

Pour prier, il faut peu de choses, mais il est bon de s'y préparer.

1. Le cadre :

Bougie, encens, chapelet, icône, un bouquet de fleurs... Et surtout, du silence.
On peut prier chez soi, ou dans une église, ou encore aller dans une abbaye...
L'essentiel est de créer un « climat ».

2. Le temps :

Se donner un rendez-vous fixe.
Prendre le temps : lorsque quelque chose nous tient à cœur, il est bon de prendre le temps de nous en occuper... *C'est le temps que tu passeras avec ta rose qui rendra ta rose importante...* (Saint-Exupéry)
A ceux qui n'ont pas beaucoup de temps pour prier... prier dans la vie (en marchant, en travaillant...).
Une phrase, quelques mots peuvent manifester le désir de se rendre présent : « Jésus, viens à mon aide ; Seigneur, je te remercie... »).

3. Les signes de la prière :

Faire un signe de croix avant et après la prière.
Faire silence et écouter, être attentif aux signes.
Se mettre en communion avec le Seigneur, avec les autres chrétiens, ceux qui souffrent...
Evoquer la différence entre prière récitée et parole libre.

4. Les attitudes de prière :

Elles varient selon chacun : accroupi, à genoux, debout, assis par terre ou sur une chaise... A chacun de trouver la position qui favorise l'écoute, le silence.
On peut prier seul, en groupe, en famille, à deux....

C. Ce que Jésus nous dit de la prière : quelques références.

- ✓ Seigneur, apprends-nous à prier... Lc 11, 1b-4
- ✓ Quand tu pries, retire-toi dans ta chambre... Mt 6, 6 et « Dans vos prières, ne rabâchez pas comme les païens... car votre Père sait de quoi vous avez besoin »... Mt 6, 7-8
- ✓ Demandez et l'on vous donnera... Mt 7,7... appel à la confiance mais rester attentif au risque d'interprétation.