

## Quelques pistes pour prier avec des jeunes.

***Ce n'est pas toujours facile de préparer un temps de prière. Que faire ? Que dire ? Voici quelques idées pour t'aider à vivre ce temps de prière.***

### 1) Le cadre général



Tout d'abord, il est important de prévoir un coin prière dans ton local ou lieux de camp. Il peut être construit avant l'arrivée des jeunes ou avec eux mais il doit être agréable et « cosy ».

Le temps de prière peut-être programmé (par exemple pour commencer la journée ou pour la terminer) ou spontané (après un temps de partage ou un jeu où il y a eu des partages plus intenses ou des émotions partagées.).

Il faut prendre le temps de se mettre en prière et de terminer la prière. Se tourner vers le coin de prière et allumer la bougie aide déjà souvent à se préparer. N'hésite pas à inviter les jeunes à prendre la place dont ils ont besoin pour être à l'aise sans déranger ceux qui les entourent. Tu peux commencer ou finir par un chant ou une prière faite tous ensemble (Notre Père, Je vous salue Marie, Cantique des patrouilles,...) ou tout simplement par un signe de croix.

### 2) Quelques petites choses que l'on pourrait retrouver dans la prière :

#### a) Un chant :

Pour commencer ou terminer le temps de prière, entre les intentions ou les louanges, avant ou après la lecture d'un texte,... Il est préférable de laisser choisir les jeunes ou, du moins, prendre un chant qu'ils connaissent si tu ne veux pas te retrouver à faire un concert. C'est toujours intéressant de choisir un chant qui a un lien avec le thème abordé ou le texte lu après. Cela permet d'avoir une autre manière d'aborder les choses.

**Chant chrétien ou non :** Durant la prière on peut aussi choisir des chants pas spécialement « catho » dont les paroles sont en lien avec le thème de la prière pour pouvoir ouvrir le débat ou amener à la réflexion. (*Voir fiche chant d'hier et d'aujourd'hui*) Avoir un chant avec les paroles de Jésus ou de la bible peut nous permettre de mieux nous les approprier.

#### b) Un temps de louange :

Un temps pour dire « merci ». Tu peux inviter les jeunes à dire ou écrire un merci à Dieu en donnant des exemples et en dédramatisant. Le plus important n'est pas de dire une belle phrase mais juste avec le cœur. Même un simple « Merci Seigneur » est une prière !

#### c) La Parole :

Dieu nous parle à travers les écritures. Tu peux donc lire le texte du jour ou un autre texte en rapport avec le thème du jour ou de la discussion. Après la lecture, il est bien de laisser un peu de temps de silence pour laisser le texte « descendre ». Après quoi, tu peux inviter les jeunes à dire une phrase, un passage, un geste, une émotion du texte qui l'a touché.

Voici plusieurs manières de vivre un temps autour de la Parole :

➤ **Partage à partir de la parole**

Cela peut se faire en plusieurs temps :

1. Lire le texte
2. Chacun dit un mot ou une phrase qui l'a touché mais les autres ne réagissent pas
3. Chacun explique pourquoi il/elle a choisi ce mot ou cette phrase et les autres ne réagissent pas
4. On peut proposer aux jeunes qui le désirent de réagir sur ce que les autres ont dit (cela permet que chacun puisse s'exprimer librement)

➤ **Prière guidée : contemplation Evangélique**

La prière guidée nous invite à rentrer dans l'Évangile avec tous nos sens. Elle nous propose une véritable rencontre avec Jésus. Cette prière se déroule en 5 étapes :

1. *Se mettre en position* : dos bien droit, pieds posés sur le sol (si assis). Fermer les yeux. Prendre conscience de son corps et de sa respiration. Sur chaque inspiration : j'accueille la vie, don de Dieu ; sur chaque expiration : je lui remets ma vie. Je me pose paisiblement et je dépose tous mes soucis.
2. *Offrir* ce temps pour le Seigneur. S'offrir pour accueillir ce qu'il voudra me montrer.
3. *Exprimer* au Seigneur ce que je veux, mon désir pour ce temps de contemplation.
4. *Contempler* la scène décrite par le texte :
  - a. Se représenter la scène : voir les lieux, les personnages, entendre ce qui se dit, regarder les gestes, percevoir l'atmosphère.
  - b. Regarder plus particulièrement Jésus : comment est-il ? Que se dégage-t-il de lui ? Qu'est-ce qui me touche en lui ?
  - c. Prendre conscience de ma place : où est-ce que je me situe, comment je me sens à cette place ? Aurais-je le désir de me déplacer ? Le Seigneur m'y invite-t-il ?
5. *Dialoguer* : Qu'ai-je envie de dire au Seigneur ? Et lui, que me dit-il ?

Quelques trucs :

Veiller à raconter le récit en prenant le temps.

Veiller à éveiller les différents sens et mettre l'accent sur la relation à Jésus. Inviter les jeunes à regarder Jésus, à l'entendre. S'interroger : où est-ce que je me situe par rapport à lui ?

➤ **Dialogue contemplatif :**

(au moment où je reçois la Bible, je parle à haute voix ou seulement dans mon cœur, puis je la passe à mon voisin)

1. Silence : Regarder les personnages, les gestes, les attitudes ; écouter les paroles ; toucher, sentir le climat de la scène.  
Puis partage : Je dis l'attitude, le geste, le mot, la phrase ou l'ensemble de phrases qui me touchent, sans développer ni dire en quoi ils me touchent.

2. Silence : Laisser résonner (et non pas raisonner) ce qui me touche  
Puis partage: je dis ce qui maintenant dans ce texte me touche, en quoi, comment cela me rejoint.
3. Silence : J'exprime au Seigneur ce qui m'habite.  
Puis partage : J'adresse au Seigneur à haute voix ma prière personnelle qui naît de la contemplation, à partir de ce qui a été partagé précédemment.

#### d) Textes ou prières à thème :

Il existe aussi de nombreux textes ou prières qui peuvent t'aider à prier, à comprendre un peu plus le mystère de Dieu. Ce peut-être un conte ou un beau texte de Mère Teresa. Tu peux en trouver sur le site <http://www.wogglespirit.be/> ou sur d'autres sites mais encore dans des recueils comme « Sous le ciel étoilé »<sup>1</sup> ou « Il était une foi »<sup>2</sup>

#### e) Le silence :

C'est quelque chose d'important dans un temps de prière car si tu veux parler à Dieu, il faut aussi pouvoir prendre le temps de l'écouter. Il ne faut donc pas avoir peur du silence et inviter les jeunes à « descendre » dans leur cœur pour écouter ce que Dieu veut leur dire. *Attention, cependant à ne pas prévoir des temps trop longs.*

#### f) Intentions partagées :

Même principe que pour la louange sauf que tu invites les jeunes à confier une situation ou des personnes. Cela peut aussi être l'occasion de prier tous ensemble pour un jeune qui vit des choses plus difficiles. *Ne jamais forcer mais proposer !*

#### g) Démarche :

Tu peux proposer une démarche selon l'inspiration. Voici quelques idées :

- Ecrire quelque chose et le déposer au pied de l'icône
- Piocher le nom d'un jeune et prier pour lui durant la journée ou la semaine,...
- Ecrire nos soucis ou une prière et brûler les papiers
- Utiliser des objets symboliques, des pierres, des fleurs, ....
- Allumer une bougie et la déposer devant une icône.

#### h) Marie :

Il est parfois difficile de s'adresser à Dieu et plus facile de s'adresser à une mère... tu peux donc proposer aux jeunes de prier par l'intermédiaire de Marie, de lui confier leurs intentions par un chant ou une dizaine ou un « Je vous salue Marie » à la fin de la prière. *(Pour plus de détails tu peux aller voir la fiche : [Prier avec Marie](#))*



Dites-le avec des bulles © Edition CRER, 2005 - B ; Debelle

<sup>1</sup> Charles Delhez, *Sous le Ciel étoilé*, édition Fidélité, 2009

<sup>2</sup> CRJC, *Il était une foi (tome 1 et 2)*, édition CRJC Liège

**i) Images :**

Partir d'une image ou d'une icône que chacun commente, chacun dit ce qui le touche ou choque ou prendre plusieurs images et proposer à chaque jeune de choisir celle qui pour lui représente le plus Dieu, sa relation à Dieu, un thème (l'espérance, le bonheur, l'amour,...).

**j) Objet symbolique :**

Pour aider les jeunes à prier à haute voix, tu peux t'aider d'un objet symbolique que l'on passe de personne en personne. Seule la personne qui a l'objet en main peut parler. Cela permet à tout le monde de dire quelque chose. Cet objet peut être une croix, une image,...ce qui peut aider les jeunes à visualiser le fait que prier c'est parler à Dieu.

**k) La vie d'un Saint ou d'un témoin :**

Parfois cela nous aide d'avoir un exemple concret, de voir comment on fait des personnes pour suivre Dieu. Tu peux raconter l'histoire d'un Saint ou d'un témoin et inviter les jeunes à faire un peu comme lui aujourd'hui, comme une sorte de défis. (*exemple : lire l'histoire de Sainte Thérèse de Lisieux et inviter les jeunes à faire une chose dans la journée par amour des autres ou de Dieu même s'ils n'ont pas envie*)

**l) Saint-Ange Gardien :**

Proposer aux jeunes de piocher un Saint qui sera « l'ange gardien/le grand frère » du jeune ou de la patrouille pour toute l'année. Les inviter, durant l'année, à découvrir sa vie, ce qu'il a pu dire ou écrire, proposer de regarder une vidéo sur sa vie, .... (*Il existe un outil pour cela : [Un Saint comme ange gardien](#)*)

Tout n'est pas à prendre pour un seul et même temps de prière. A toi de faire ta petite « popote » du jour d'après ce que tu sens et les jeunes !

*« La prière n'est, à mon avis, qu'un échange intime d'amitié où l'on s'entretient souvent seul à seul avec ce Dieu dont on se sait aimé » (St Thérèse d'Avila)*

*"Nous pouvons par la pensée nous mettre en présence du Christ, nous embraser peu à peu du plus grand amour pour sa Sainte Humanité, lui tenir toujours compagnie, lui parler, lui recommander nos besoins, nous plaindre à lui dans nos peines, nous réjouir avec lui dans les consolations, nous garder de l'oubli dans la prospérité." (St Thérèse d'Avila)*