

### Qu'est-ce que cela vous apporte ? Comment en ressortez-vous ?

- Cette prière a renforcé ma foi, l'a confortée, l'a réconfortée. Car j'ai pris le temps de remercier le seigneur, d'entendre, de mieux comprendre, de méditer et finalement de mettre en pratique Sa Parole.
- Je ressors calme, apaisée. Je vois la vie différemment, pacifiée. Je me suis rappelée que j'étais aimée de Dieu, accompagnée et comprise.
- Boostée avec de l'énergie pour faire et/ou pour être.
- De la sérénité, de la vérité, un éclairage sur ma vie, ses cohérences.
- Je suis ressourcée. C'est un soutien dans ma vie de foi et mes activités hors paroisse... une aide pour mon rayonnement tout simplement !

Propos recueillis par Virginie Lacomme

**Si vous vous aussi, vous souhaitez profiter  
de ce temps de pause et de prière en communauté,  
RDV à 20h30 à Notre-Dame les jeudis :  
16 mars, 6 avril, 11 mai et 15 juin**

### Prière guidée :



« Par l'exposition du saint Sacrement, je suis en tête-à-tête avec Jésus. »

## J'ai rendez-vous !

« Quand on croit, on peut donner ce moment à Dieu ! ». Pour quoi et comment ? Confidences de Karen, Catherine, Marie-Gabrielle, Laurence, Michel et Michel sur leurs motivations, leur cheminement et leurs joies, lors de ces prières guidées du jeudi soir.

### Comment se déroule cette prière guidée ?

Une fois par mois, le jeudi à 20h30, nous nous retrouvons à Notre-Dame pour ce temps de prière avec exposition du Saint Sacrement. Pendant cette heure, il y a une alternance de 3 périodes de 20 minutes, qui comprennent lecture de la Parole et méditation en silence.

### En quoi, cette prière est-elle guidée ?

Grâce à un petit feuillet qui nous est remis : il nous aide à nous mettre en condition, à vider tête et esprit de toutes les préoccupations de la journée. Nous sommes un peu « introduits » dans la prière. Sur ce feuillet sont reproduits un texte d'Évangile, et surtout des pistes pour mieux se représenter cet épisode ou des questions sur lesquelles nous pouvons orienter notre prière.

### Est-ce une aide pour votre prière ?

- Oui, car nous nous imaginons comme personnage de la scène... qu'elle se passe dans le désert, dans le Jourdain ou à Capharnaüm. Nous sommes conduits, pas à pas, vers cette rencontre. Nous nous approchons du Christ, essayant d'entrer en dialogue ou tout au moins en perception de

sa présence. Le guide nous permet de voir en quoi cette parole du temps du Christ me rejoint aujourd'hui.

- Pour ma part, ce guide est essentiel, car il m'empêche de me perdre, il me permet de revenir sans cesse à la prière car nous sommes vite distraits par les autres, les soucis...
- J'avoue que je serai plus nuancée par rapport à cet éclairage qui parfois rompt le rythme de ma prière, j'aime écouter la résonnance du texte dans ma vie, sans être orientée. J'apprécie le silence...

### **Justement, quelle est la place du silence ?**

- Essentielle ! Il aide à se taire soi-même et à être plus réceptif à la Parole, à se concentrer sur ce que l'on ressent à l'intérieur, à se mettre tout simplement en présence du Christ.
- Pour moi, surtout au début, ces silences m'ont semblé longs... et parfois maintenant trop courts.
- Je dirai qu'il faut parfois un certain temps pour se laisser interpeller par la Parole de Dieu ! Il faut laisser du temps à notre prière.

### **Sur quel texte priez-vous ?**

Généralement sur l'Évangile du dimanche suivant, qui de ce fait, après cette 1ère approche, prend une couleur particulière, un sens plus profond lors de la messe qui suit. La parole De Dieu est déjà au centre de ma semaine.



### **Une prière en communauté est-elle plus riche ?**

• Nous ne sommes pas des chrétiens isolés, nous sommes ensemble, petit noyau d'habitues, en train de prier, dans une vraie communion de prière. Nous sommes portés et aidés par les autres. Et chacun prie pour les intentions que nous confions à la fin de cette rencontre.

- Nous avons le sentiment d'appartenir à une même famille. J'aimerais bien que plus de jeunes en profitent !
- Je prie seule. Puis je reviens en présence de la communauté, lorsque nous prenons un chant ensemble, ou partageons nos intentions. Dans cette communauté, nous pouvons aussi dire (sans y être obligé !) ce que nous avons retenu de cette rencontre.

### **La régularité de ces rencontres est-elle une contrainte ?**

Non, j'attends ce moment, ce rendez-vous que j'ai préparé et qui devient un point de repère. Il faut de la régularité pour avancer de mois en mois. J'entretiens ma relation avec Dieu.

### **De la curiosité, un besoin, une attente... qu'est-ce qui motive votre participation ?**

- Le silence accolé à la méditation (ce que l'on ne trouve pas le dimanche). C'était un manque, un besoin. On m'offrait la possibilité d'approfondir ma foi en écoutant le message de la Parole de Dieu.
- On n'a pas toujours la possibilité de prier en famille. Pour moi, c'est une façon de prier avec d'autres.
- C'est finalement le seul rendez-vous en face à face avec Dieu où je me pose complètement et où je dépose mon quotidien. Je n'ai jamais une heure pour prier à la maison !
- Nous portons la communauté dans notre prière, en tant que membre de l'EAP et nous participons à la vie de la communauté.

### **Comment vivez-vous ce moment ?**

Par l'exposition du Saint Sacrement, je suis en tête-à-tête avec Jésus, sous son regard. Je me laisse regarder par Lui. C'est comme un rendez-vous amoureux ! Je vois quelqu'un avec qui j'ai le temps de parler. Cette rencontre est exclusive.