

Priez sans cesse - en pratique ?

Lecture —> méditation —> appropriation —> prière

Méditer et s'approprier un texte biblique

Proposition de 4 questions à se poser après lecture d'un texte pour le méditer et se l'approprier :

- Qu'est-ce que j'apprends sur Dieu, moi ou le monde qui m'entoure ? Est-ce qu'il y a une idée qui me frappe ?
- Pourquoi ai-je du mal à croire ou vivre cette vérité ? Où est l'obstacle ?
- Quelles seraient les actions concrètes à mettre en œuvre pour m'approprier ces vérités ? Sur qui / quoi puis-je m'appuyer pour cela ?
- Quel serait le changement dans ma vie si cette vérité était glorieusement mienne aujourd'hui ?

Terminer par un temps de prière puis dans l'idée de « ruminer » cela et faire de la théologie pratique, remémorez-vous et appliquez ces vérités lors de plusieurs événements précis jalonnant votre journée (réunion, repas, détente, lycée/université, enfants, discussion conjoint, ...).

Conseils pour prier de façon « structurée »

- Utiliser l'acronyme ACRI pour marquer 4 temps dans votre prière (Adoration, Confession, Reconnaissance, Intercession),
- Prier avec la Bible (exemple : si nous sommes le 9 septembre, parcourir rapidement les psaumes 9, 39, 69, 99, 129 ; en choisir un, le lire verset par verset / section par section et prier à la fin de chaque partie en lien avec le contenu lu). NB : pour le choix du psaume, ajouter 30, 60, 90, 120 à la date du jour jusqu'à balayer l'ensemble des psaumes,
- « Méthode 111 » : prier à 1h pendant 1 minute pour 1 personne,
- Tenir une liste de prière par thèmes à répartir dans la semaine (exemple : ma relation avec Dieu, la mission/l'église persécutée, l'église locale, mon quartier, les autorités, mon témoignage, ...). Des exemples de listes peuvent vous être fournis,
- Utiliser une application sur smartphone/tablette (Prayermate, Prier Ensemble, ...).

Conseils pour éviter le vagabondage des pensées pendant nos prières

- Prier à haute voix,
- Prier à partir de textes des Écritures ou des paroles d'un chant,
- Écrire sa prière.

S'encourager à prier

- Trouver un partenaire de prière (groupe de croissance),
- Prier en assemblée (groupes de semaine, réunions de prière, culte, ... se lancer),
- Appeler un frère/une sœur en Christ pour prendre des nouvelles et prier pour lui/elle,
- Informer un frère/une sœur en Christ que l'on prie pour lui et que l'on est reconnaissant de ce que Dieu fait dans sa vie (encouragement).

Quelques idées de prières créatives à expérimenter en famille !

Prier avec des pierres

Objectif : utiliser la création pour parler au Créateur



Chacun ramasse un **caillou**. Ce caillou représente une prière (merci pour..., je prie pour...). Une fois que chacun a défini un sujet (qu'il communique aux autres ou pas) :

- On peut faire un cairn (pyramide de pierres)
- On le jette dans la rivière (si l'environnement s'y prête)

Variante : pour les plus grands, le caillou peut représenter un fardeau, une colère, une souffrance et on va le jeter très loin en le remettant à Dieu.

Boîte à prières

Objectif : apprendre à prier pour les autres et avec les autres !

Faire un tour de table où chacun choisit le prénom d'une personne qu'il côtoie en dehors de la famille (école – travail – activité...) et pour qui il souhaite que l'on prie en expliquant pourquoi.

Chacun écrit ensuite le prénom de la personne qu'il a choisie sur un morceau de papier et le place dans une boîte prévue à cet effet. Régulièrement, chaque membre de la famille tire au sort un papier et prie pour la personne piochée. Pourquoi ne pas avoir un temps de reconnaissance quand un sujet partagé a été exaucé ?



Variante : vous pouvez aussi décider de choisir des personnes de la famille, au sein de l'église, des missionnaires, les autorités (locales ou nationales) pour faire vivre cette boîte à prières...

Boîte à chants de repas

Objectif : apprendre à remercier Dieu pour ce qu'il nous donne



Vous voulez éviter de chanter tout le temps le même chant de repas jusqu'à en perdre sa saveur ? Vous pouvez écrire les titres de tous les chants de repas que vous connaissez sur des petites cartes et les mettre dans une boîte. Chaque jour, faites piocher à un enfant le chant que la famille entonnera avant le repas.

A court d'inspiration ? Il en existe des dizaines ! N'hésitez pas à questionner les gens autour de vous pour en apprendre de nouveaux !

Variante : certains voudront peut-être se lancer dans la création d'une roue de chants de repas à faire tourner par les enfants à tour de rôle... Succès garanti !



Prier avec les doigts

Objectif : expérimenter différents aspects de la prière



Le **pouce** m'invite à dire « **bonjour** » car je viens rencontrer quelqu'un qui est au top : Dieu !

Avec l'**index**, je dis « **merci** » pour ce que j'ai vécu aujourd'hui car tout ça, c'est grâce à lui !

Le **majeur** m'invite à m'abaisser pour reconnaître mon péché et demander « pardon » à Dieu.

L'**annulaire** me rappelle que je peux dire « **s'il te plaît** » car il a décidé de faire alliance avec moi.

Mon **petit doigt** me murmure de lui dire : « **Je t'aime !** »