



# HALTE SPIRITUELLE POUR GUIDER LE TEMPS DE PRIÈRE PERSONNELLE DU MATIN

n°10-4

ANIMATION

**Au cœur du synode, laissons-nous convertir par le Christ**

## **POUR GUIDER LE TEMPS DE PRIERE PERSONNELLE DU MATIN**

### **1. Entrée dans la prière**

- Je choisis le lieu où je vais prier. Je prends le temps de m'installer pour favoriser ce cœur à cœur avec Dieu. Je fais silence... Je me mets en présence du Seigneur, il m'attend...
- Je me présente au Seigneur avec tout ce que je suis, tout ce qui fait ma vie d'homme et de femme, ma vie de baptisé(e)... particulièrement avec ce que je vis en ce moment (famille, travail, engagement, mission reçue en Eglise : communauté locale, mouvement, service...)
- J'entre dans la prière par un geste, par exemple un signe de croix.
- Je demande l'aide du Seigneur pour que son Esprit m'accompagne et me guide dans ce temps de prière.
- Je demande une grâce : un don gratuit du Seigneur pour moi, à partir du désir qui est le mien, là et maintenant, comme je suis.

### **2. Le temps de la prière**

- Je relis de nouveau ce texte.
- J'imagine le lieu où se passe le récit... Je regarde les personnages, leurs gestes, leurs attitudes : **Jésus** qui s'est retiré en terre païenne... interpellé par une femme...  
**Les disciples** exaspérés par les cris de cette femme.  
**La Cananéenne** qui ose s'adresser à Jésus...
- **J'écoute et médite les paroles.** J'imagine le ton de leurs voix... Je me laisse interpeler par les mots, leur force, leur poids, celui des silences. J'accepte d'être dérangé(e), déconcerté(e)... Si un mot, une phrase, une attitude me touche, je m'arrête, je reste là et je goûte ; je laisse faire ce « travail » en moi.

**« Prends pitié de moi, Seigneur, fils de David ! »**

J'écoute le désir que cette femme exprime, ses cris, sa supplication, sa prière... Je contemple l'audace de cette femme, sa persévérance en même temps que son humilité et sa foi.

Comment ces paroles résonnent-elles en moi ? Rejoignent-elles certains cris, appels adressés au Seigneur ?

M'arrive-t-il d'oser dire ce que je pense au Seigneur ?

Suis-je capable de reconnaître mon mal, mon manque, ma soif de vie, de vérité, de pardon ?

>>>

### **Elle vint se prosterner devant lui...**

Ai-je le courage de l'humilité de cette femme ?

Ai-je la volonté de me convertir ? le désir d'être sauvé(e) ?

### **« Renvoie-la, car elle nous poursuit de ses cris ! »**

Comment je reçois ces paroles des disciples ?

J'entends le silence de Jésus au début...

Sa réponse aux disciples...

La première parole qu'il adresse à la femme... que j'ai du mal à entendre, comprendre...

Et cette parole de Jésus qui manifeste son retournement. Cette parole qui reconnaît la foi de la Cananéenne. Cette parole qui fait ce qu'elle dit...

M'arrive-t-il, comme Jésus, de garder la distance, de rabrouer...

... de me laisser toucher, émerveiller, convertir par la foi d'une personne...

### **3. A la fin de ma prière,**

Je réponds au Seigneur, je parle avec Lui comme à un ami, à partir de ce qui monte en moi.

Je parle en « Je ».

J'exprime au Seigneur ce que j'éprouve et désire : ce qui m'a touché, la façon dont cette rencontre résonne dans ma vie... un merci, une demande, un pardon, une question, une confiance...

Je termine ma prière par un Notre Père, et je fais un geste pour marquer la fin de cette rencontre avec le Seigneur.

