



LIVRET DE L'ANIMATEUR

TEMPS DE PRIÈRE



Église
catholique
à Lyon



Église
catholique
à Lyon

Table des matières

Présentation du Parcours K	1
Déroulement du Parcours K	3
Rencontre 1 : Qu'est-ce que la foi ?	3
Rencontre 2 : Qui est Jésus ?	4
Rencontre 3 : Comment agir pour mon plus grand bonheur ?	5
Rencontre 4 : Comment rencontrer Dieu ?	6
Préparation du temps de prière	7
Pour la rencontre 1	7
Pour la rencontre 2	7
Pour la rencontre 3	7
Pour la rencontre 4	7
Ambiance :	7
Matériel :	7
Document :	7
Animation des temps de prière	8
Rencontre 1 : Temps de prière en grand groupe – 15 minutes	8
Rencontre 2 : Temps de prière en grand groupe – 20 minutes	11
Rencontre 3 : Temps de prière en grand groupe – 20 minutes	13
Rencontre 4 : Temps de prière en grand et petits groupes – 20 minutes	15
Annexe	17
Fiche : Comment préparer et partager votre témoignage	17
Je prépare mon témoignage	20

Présentation du Parcours K

Nous avons un trésor, Jésus-Christ, et nous avons à cœur de faire connaître cette richesse autour de nous.

Notre pays traverse une période de déchristianisation, et la pratique religieuse se fait de plus en plus rare. La culture religieuse de nos contemporains est en grande partie attaquée, et les repères spirituels se font flous. Pourtant des parents continuent de se rendre dans nos paroisses, demandant le baptême et la préparation à la première communion pour leurs enfants. Pourtant des couples souhaitent toujours recevoir le sacrement du mariage.

Comment répondre à ces demandes de sacrement qui peuvent s'inscrire dans une tradition familiale, mais qui de plus en plus correspondent à une soif parfois inconsciente de Dieu ?
« *Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi, et qu'il boive* » (Jn7,37).

Nous devons dans nos paroisses proposer à toutes ces personnes de « *les conduire aux sources des eaux de la vie* » (Ap7,17), en proposant un parcours qui favorise la rencontre avec Jésus de Nazareth, vrai Dieu, vrai homme, mort pour nos péchés et ressuscité pour nous donner la vie nouvelle.

Benoit XVI commençait son encyclique *Deus caritas est*, avec ces mots : « *À l'origine du fait d'être chrétien, il n'y a pas une décision éthique ou une grande idée, mais la rencontre avec un événement, avec une Personne, qui donne à la vie un nouvel horizon et par là son orientation décisive.* »

Dans son exhortation apostolique *Evangelii gaudium*, François rappelle l'importance d'une première annonce centrée sur le kérygme (c'est-à-dire le cœur et le résumé de la foi en Jésus-Christ) qu'il formule ainsi : « *Jésus Christ t'aime, il a donné sa vie pour te sauver, et maintenant il est vivant à tes côtés chaque jour pour t'éclairer, te fortifier, te libérer ...* » (n°164)

Pour que les personnes qui demandent un sacrement puissent entrer dans le mystère chrétien, il faut leur permettre une rencontre personnelle avec Jésus. Et s'attacher à faire connaître la Bonne Nouvelle en s'appuyant sur un parcours « première annonce », ou parcours kérygmaticque qui les introduira progressivement dans la foi vivante.

Le **parcours K** répond à cet objectif. En quatre rencontres, il offre une démarche progressive d'abord anthropologique, puis christocentrée, qui invite à l'agir chrétien et qui introduit à la vie en Eglise. Les quatre thèmes sont abordés sous forme de questions : « qu'est-ce que la foi ? », « qui est Jésus ? », « comment agir pour notre plus grand bonheur ? » et « comment puis-je rencontrer Dieu ? ».

Ces enseignements sont proposés dans une ambiance conviviale, avec un accueil soigné pour créer un environnement propice à la rencontre et au bien-être des participants.

A chaque rencontre, des temps de partage sont organisés autour des thématiques abordées, favorisant l'écoute, les échanges dans la bienveillance.

Des démarches pour initier à l'intériorité sont également présentées, permettant à chacun de vivre cette expérience intérieure qui est au cœur de la rencontre avec Dieu.

Enfin, l'accent est mis sur les témoignages : *« À notre époque, les gens préfèrent écouter les témoins : « ils ont soif d'authenticité [...] Le monde réclame des évangélisateurs qui lui parlent d'un Dieu qu'ils connaissent et fréquentent comme s'ils voyaient l'invisible » »* (Evangelii Gaudium n°150).

Le parcours K a pour but de réamorcer le désir de Jésus en chacun, de faire naître l'expérience de Jésus vivant, qui me sauve. Les cœurs pourront alors s'ouvrir et l'Esprit de Dieu pourra agir : *« Voici que je me tiens à la porte, et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui ; je prendrai mon repas avec lui, et lui avec moi. »* (Ap3,20).

Ce parcours est donc une invitation à ouvrir la porte de son cœur, pour accueillir Celui qui veut venir y demeurer. Nous vous souhaitons de belles rencontres, avec Jésus-Christ et en Eglise.

Service des formations du diocèse de Lyon.

Le **parcours K** est concentré sur quatre séances, ce qui permet de le proposer chaque trimestre. Ainsi, la paroisse peut répondre à toute personne qui franchit son seuil, en quête de réponses sur sa foi, quel que soit le moment de l'année.

De plus, grâce à la constitution des petits groupes lors du parcours K, c'est naturellement que des fraternités (notamment catéchuménales), pourront se former à l'issue de celui-ci.

Le parcours K s'inspire du parcours Saint Vincent proposé dans la Paroisse Notre Dame de la Miséricorde à Lyon 8 – Vénissieux. Nous remercions bien sincèrement le père Xavier Bizard pour son partage.

Déroulement du Parcours K

Rencontre 1 : Qu'est-ce que la foi ?

30 min avant le début de la rencontre : Arrivée de l'équipe, installation, prières, et consignes.

0 - 20 min : Accueil des participants :

- Proposition de jus de fruits, tisanes, douceurs.
- Remise des étiquettes avec nom et groupe de discussion.

5 min : Présentation générale du parcours K par le responsable du parcours

35 min : Chaque animateur de groupe rassemble ses membres et débute l'animation de son petit groupe

25 min : Présentation de l'orateur par le responsable du parcours et enseignement sur le thème « Qu'est-ce que la foi ? ».

5 min : Présentation du témoin par le responsable du parcours.

5 min : Témoignage sur la foi chrétienne dans la vie quotidienne.

15 min : Temps de prière (cf. Rencontre 1 : temps de prière).

Distribution d'une bougie à chaque participant.

5 min : Conclusion, rappel de la date et du thème de la prochaine rencontre par le responsable du parcours.

10 min : Débriefing des animateurs avec le responsable de parcours et rangement de la salle.

Rencontre 2 : Qui est Jésus ?

30 min avant le début de la rencontre : Arrivée de l'équipe, installation, prières, et consignes.

0 - 20 min : Accueil des participants

- Proposition de jus de fruits, tisanes, douceurs.
- Remise des étiquettes avec nom et groupe de discussion.

5 min : Présentation de la rencontre et de la personne qui va faire l'enseignement par le responsable du parcours

25 min : Enseignement sur « Qui est Jésus ? ».

5 min : Présentation du témoin par le responsable du parcours.

5 min : Témoignage sur une rencontre personnelle avec Jésus.

30 min : Partage en petit groupe.

20 min : Temps de prière (cf. Rencontre 2 : temps de prière).

Distribution d'un évangile à chaque participant.

5 min : Conclusion, rappel de la date et du thème de la prochaine rencontre par le responsable du parcours.

10 min : Débriefing des animateurs avec le responsable de parcours et rangement de la salle.

Rencontre 3 : Comment agir pour mon plus grand bonheur ?

30 min avant le début de la rencontre : Arrivée de l'équipe, installation, prières, et consignes

0 - 20 min : Accueil des participants :

- Proposition de jus de fruits, tisanes, douceurs.
- Remise des étiquettes avec nom et groupe de discussion.

5 min : Présentation de la rencontre et de la personne qui va faire l'enseignement par le responsable.

25 min : Enseignement sur le thème « Comment agir pour mon plus grand bonheur ? ».

5 min : Présentation du témoin par le responsable du parcours.

5 min : Témoignage sur l'expérience d'un changement dans ma vie après avoir rencontré Jésus.

30 min : Partage en petit groupe.

20 min : Temps de prière (cf. Rencontre 3 : Temps de prière).

Distribution d'une parole à chaque participant.

5 min : Conclusion, rappel de la date et du thème de la prochaine rencontre par le responsable du parcours.

10 min : Débriefing des animateurs avec le responsable de parcours et rangement de la salle.

Rencontre 4 : Comment rencontrer Dieu ?

30 min avant le début de la rencontre : Arrivée de l'équipe, installation, prières, et consignes.

10 min : Accueil des participants et temps de convivialité.

5 min : Présentation de la rencontre et de la personne qui va faire l'enseignement par le responsable.

25 min : Enseignement sur « Comment rencontrer Dieu ? ».

5 min : Présentation du témoin par le responsable du parcours.

5 min : Témoignage sur la vie de prière.

20 min : Temps de prière (cf. Rencontre 4 : temps de prière).

Temps de prière des frères.

5 min : Conclusion.

10 min : Débriefing des animateurs avec le responsable de parcours et rangement.

Préparation du temps de prière

Pour la rencontre 1

- Avoir un nombre de bougies égal au nombre de participants.

Pour la rencontre 2

- Avoir un nombre d'évangiles égale au nombre de participants. Il est possible de commander des évangiles peu onéreux sur des site comme la Procure ou la librairie chrétienne CLC.

Pour la rencontre 3

- Avoir préparé en amont les paroles bibliques, les donner à chaque animateur de petit groupe afin qu'ils puissent les distribuer au moment indiqué pendant le temps de prière.

Pour la rencontre 4

- Préparer l'église : chauffage, bougies, éclairage etc.
- Avoir un minuteur / chronomètre (téléphone).
- Tout le monde participe à la prière des frères ; les animateurs se répartissent dans les trios de priants (ne pas faire un groupe d'animateurs).

Ambiance :

- Le temps de prière peut avoir lieu dans le même espace que le lieu de l'enseignement et du témoignage sauf pour la Rencontre 4 où le temps de prière se déroule dans l'église.
- Un lieu de prière est rendu accueillant avec très peu de choses : une croix, une bible ouverte, quelques luminaires, des icônes.
- **Il faut veiller à modifier l'éclairage, pour favoriser l'intériorité.** La lumière doit être douce et indirecte pour conduire à une intimité avec le Seigneur.

Matériel :

- **Une enceinte** pour diffuser de la musique, ou un/des musiciens capables d'animer un temps de louange. **L'utilisation gratuite des plateformes type Spotify, YouTube** etc. entraîne des **publicités impossibles à entendre** dans le cadre d'un temps de prière (problème résolu par un abonnement).
- Icône, croix, bougie ;

Document :

Distribution de feuilles de chant ou projection sur écran des chants avec les paroles.

L'ensemble de l'équipe d'animation participe au temps de prière pour que les participants saisissent la dimension communautaire de la prière.

Animation des temps de prière

Rencontre 1 : Temps de prière en grand groupe – 15 minutes

L'animateur de la prière guide le temps de prière.

- **Sans faire le geste l'animateur explique**

Lorsque nous disons « au nom du Père » avec notre main droite sur notre front, nous nous souvenons que **l'amour créateur** ouvre notre intelligence aux réalités spirituelles. Notre main descend, « et du Fils » nous rappelle que **l'amour sauveur** descend sur la terre pour nous rendre plus humain. Enfin notre main va de l'épaule gauche à l'épaule droite, « et du Saint-Esprit » et évoque **l'amour sanctificateur** qui permet d'entrer en communion avec ce que les autres vivent.

- **En débutant un lent signe de croix, l'animateur peut dire :**

Au nom du Père qui me crée par amour,
au nom du Fils qui me porte avec amour,
au nom de l'Esprit qui me fait naître à l'amour...

(à dire) Les chrétiens signifient en traçant sur leur corps la croix, que le Dieu trois fois saint est inscrit dans leur chair.

Proposition musicale :

- **Choix d'un chant méditatif** (reprendre celui chanté en début de rencontre en coordination avec le responsable du parcours), avec des paroles simples qui portent et qui prolongent le thème de la foi :

Humblement dans le silence de mon cœur
Combien de fois (Glorious)
La Bénédiction France (La Bénédiction)
Abba Père (Collectif Cieux Ouverts)
En vérité (Be Witness)
Infiniment grand (Impact)
Alléluia à notre Dieu (La Bénédiction)

- **Puis musique instrumentale** (douce et méditative) **pendant la lecture de** l'évangile de la tempête apaisée (Mc 4, 35-41) :
Oceans, instrumental worship (YouTube)
Jesus saves, instrumental worship music (YouTube)

Ce jour-là, le soir venu, il dit à ses disciples : « Passons sur l'autre rive. »

Quittant la foule, ils emmenèrent Jésus, comme il était, dans la barque, et d'autres barques l'accompagnaient.

Survient une violente tempête. Les vagues se jetaient sur la barque, si bien que déjà elle se remplissait.

Lui dormait sur le coussin à l'arrière. Les disciples le réveillent et lui disent : « Maître, nous sommes perdus ; cela ne te fait rien ? »

Réveillé, il menaça le vent et dit à la mer : « Silence, tais-toi ! » Le vent tomba, et il se fit un grand calme.

Jésus leur dit : « Pourquoi êtes-vous si craintifs ? N'avez-vous pas encore la foi ? »

Saisis d'une grande crainte, ils se disaient entre eux : « Qui est-il donc, celui-ci, pour que même le vent et la mer lui obéissent ? »

- Continuant la musique instrumentale, l'animateur lit la méditation.

Dans ce passage de l'évangile, Seigneur, tu invites tes disciples à la foi.

Au cœur de la tempête, lorsqu'ils te disent : « Seigneur, cela ne te fait rien que nous périssions ? », ils expriment un manque de foi, un doute : « Seigneur, est-ce que vraiment tu nous aimes ? Est-ce que tu t'inquiètes de notre sort ? »

Les épreuves peuvent parfois nous faire douter de ton amour pour nous. Pourtant, tu nous invites à te faire confiance, tu nous dis que l'ennemi de la foi, c'est la peur, l'inquiétude : « pourquoi êtes-vous si craintifs ? n'avez-vous pas encore la foi ? »

Il y a tellement de peurs qui nous empoisonnent la vie : peur de l'avenir, peur de l'échec, peur de souffrir, peur de la mort...

Tu veux, Seigneur, nous libérer de la peur. De la même manière que tu as fait taire la tempête, tu peux chasser nos peurs en disant : « Silence, tais-toi ! » pour que la paix demeure au fond de nous.

Tu redis, Seigneur, ce soir à chacun de nous : « Aie confiance ! N'aie pas peur ! Quelqu'un de plus grand, de plus fort, te tient dans sa main. Ta vie ne dépend pas que de toi ! Tu es porté par quelqu'un qui t'a créé et qui prend soin de toi depuis le sein de ta mère. »

Donne-moi Seigneur la foi. « Augmente en moi la foi ! » Avec la foi, j'ai la certitude que tu es là ; je sais que tu ne me lâcheras pas, quelles que soient les épreuves que je traverserai. Amen.

- L'animateur propose ensuite une démarche commune de procession (choix d'un autre chant méditatif à écouter et chanter pendant ce temps). La procession consiste à prendre une bougie éteinte au fond de la pièce, puis à avancer vers un autre animateur situé devant et qui allumera cette bougie. Puis chacun revient à sa place avec la bougie allumée.

- Une fois la procession terminée, l'animateur reprend la parole et dit :

Un jour, alors que Jésus finit de prier, l'un de ses disciples lui demande : « Seigneur, apprends-nous à prier », et Jésus leur enseigne le Notre Père. En priant tous ensemble « notre Père », nous nous reconnaissons enfants de Dieu, créés à son image et à sa ressemblance et nous manifestons que « l'amour de Dieu pour nous n'est pas une affaire privée, mais une réalité communautaire ».

- L'animateur commence le **Notre Père** à haute voix. Il peut rappeler que le Notre Père se trouve dans le livret participant.
- A la fin du Notre Père, l'animateur dit : « **faisons ensemble le Signe de Croix** ».
- Chacun repart avec sa bougie pour l'aider à organiser un coin de prière dans son foyer.

Rencontre 2 : Temps de prière en grand groupe – 20 minutes

- **L'animateur débute le temps de prière** en annonçant puis en faisant un lent signe de croix.
- **Choix d'un chant méditatif**, avec des paroles simples qui portent et prolongent le thème de Jésus :
 - Ô Jésus, digne es-Tu (Chemin Neuf)
 - Laisse-moi te parler de Jésus (Glorious)
 - Ils priaient au nom de Jésus (Glorious)
 - En tes bras (Ecole Pierre)
 - Roi des rois (Hillsong Worship/ Ecole Pierre)
 - Tu m'aimes (Youth)
 - Cœur à cœur (Hillsong)
- **Puis musique instrumentale et douce** pendant la lecture des phrases d'évangile sur Jésus par l'animateur :
 - Oceans, instrumental worship (YouTube)
 - Jesus saves, instrumental worship music (YouTube)

« C'est Jésus, le fils de Joseph, de Nazareth. » (Jn 1, 45)

« Tu l'appelleras du nom de Jésus, car c'est lui qui sauvera son peuple de ses péchés. » (Mt 1, 21)

« Un grand prophète a paru parmi nous, et Dieu a visité son peuple. » (Lc 7, 16)

« Je suis la lumière du monde. » (Jn 8, 12)

« Voici l'homme. » (Jn 19, 5)

« Je suis le bon Berger. » (Jn 10, 14)

« Le Verbe s'est fait chair, et il a habité parmi nous. » (Jn 1, 14)

« On l'appellera Emmanuel, c'est-à-dire Dieu avec nous. » (Mt 1, 23)

« Je suis le chemin, la vérité et la vie. » (Jn 14, 6)

« Tu es le messie, le fils du Dieu vivant. » (Mt 16, 16)

- L'animateur lit une prière d'alliance allégée (merci, s'il te plaît) :

Maintenant, après avoir fermé les yeux pour voir plus clair en moi, je me tourne vers Dieu pour revoir avec Lui ma journée (ou pour lui confier ma journée), marquée par des événements, des rencontres, pour me souvenir de son amour pour moi, et pour m'inciter à en vivre concrètement.

- Je demande à Dieu de considérer ma journée à sa lumière, d'apprendre à la regarder comme lui la regarde, c'est-à-dire avec Amour. "Dire oui" à ce qui a été. Accueillir ma journée avec ses joies et ses peines, ses échecs et ses réussites. La regarder sans focaliser sur un point.
- Puis je lui dis **Merci** en m'efforçant de voir dans les choses de la vie quotidienne, petites ou grandes, ce qui a contribué à apporter de la joie, de la paix, de la douceur

au travail, à la maison, à la fac, avec les amis... Je regarde tout ce qui a correspondu à la manière d'être et de vivre enseignée par Jésus à ses disciples. Car cela a été autant d'appels de Dieu auxquels j'ai répondu. Je me réjouis pour ce qui a été heureux et bon et je remercie Dieu.

- Enfin, j'exprime à Dieu mon désir de vivre la journée de demain avec Lui. Je pense aux rencontres prévues et aux imprévus possibles, je demande tel ou tel secours, grâce, aide, faveur... afin de vivre réellement avec Lui et par Lui chaque événement, aussi modeste soit-il.
- L'animateur commence le **Notre Père** à haute voix. Il peut rappeler que le Notre Père se trouve dans le livret participant.
- A la fin du Notre Père, l'animateur dit : « **Faisons ensemble le Signe de Croix** ».
- A la fin du temps de prière, un Evangile est offert à chaque participant.

Rencontre 3 : Temps de prière en grand groupe – 20 minutes

- **Le temps de prière débute** avec un lent signe de croix introduit par l'animateur.
- **Choix d'un chant méditatif**, avec des paroles simples qui portent et prolongent le thème Agir chrétien, par exemple des chants à l'Esprit-Saint :
 - Esprit de lumière, Esprit créateur (Emmanuel)
 - Saint-Esprit de Dieu (Pauline Bethuel)
 - Quand tu poses ta main (Glorious)
 - Resplendis (Be Witness)
- **Puis musique instrumentale et douce, pendant que l'animateur lit l'Evangile des Béatitudes (Mt 5,1-12) :**
 - Oceans, instrumental worship (Youtube)
 - Jesus saves, instrumental worship music (YouTube)

« Voyant les foules, Jésus gravit la montagne. Il s'assit, et ses disciples s'approchèrent de lui. Alors, ouvrant la bouche, il les enseignait. Il disait :

Heureux les pauvres de cœur, car le royaume des Cieux est à eux.

Heureux ceux qui pleurent, car ils seront consolés.

Heureux les doux, car ils recevront la terre en héritage.

Heureux ceux qui ont faim et soif de la justice, car ils seront rassasiés.

Heureux les miséricordieux, car ils obtiendront miséricorde.

Heureux les cœurs purs, car ils verront Dieu.

Heureux les artisans de paix, car ils seront appelés fils de Dieu.

Heureux ceux qui sont persécutés pour la justice, car le royaume des Cieux est à eux.

Heureux êtes-vous si l'on vous insulte, si l'on vous persécute et si l'on dit faussement toute sorte de mal contre vous, à cause de moi. Réjouissez-vous, soyez dans l'allégresse, car votre récompense est grande dans les cieux ! C'est ainsi qu'on a persécuté les prophètes qui vous ont précédés. »

- L'animateur propose ensuite une prière d'alliance (merci, pardon, s'il te plaît) :

Comme la semaine dernière, nous allons prendre un temps de cœur à cœur avec le Seigneur. Je lui demande sa lumière.

- Je laisse remonter à ma mémoire ce qui a été vivant durant cette journée, ce qui a été en relation avec d'autres, ce qui a nourri la paix, la joie...
- Je reconnais dans ma journée les signes de la présence du Seigneur et je dis merci à Dieu pour les paroles bienfaisantes échangées, pour les sourires reçus et adressés, pour les gestes de service qui m'ont touché...
- En contemplant cette journée, des moments plus douloureux peuvent apparaître : des paroles dites trop vite qui ont blessé, des gestes, des regards, des actes qui ont

brusqué, gêné, fait mal, des indifférences ou des priorités qui m'ont empêché d'être en relation...

- Je parle à Dieu de tout cela, comme à un ami ; je me mets sous son regard bienveillant et je lui demande pardon.
- Et maintenant, je me tourne vers ce qui m'attend demain : je contemple ces événements à venir un à un. Je confie au Seigneur mon « à venir » en lui demandant sa force, sa paix, sa confiance...
- L'animateur commence le **Notre Père** à haute voix.
- A la fin du Notre Père, l'animateur du temps de prière termine : « **Faisons ensemble le Signe de Croix** ».
- Chaque animateur de petits groupes offre à chaque participant de son groupe une parole biblique choisie.

Rencontre 4 : Temps de prière en grand et petits groupes – 20 minutes

Ambiance : Le temps de prière doit avoir **lieu dans l'église**. L'ensemble de l'équipe d'animation participe au temps de prière pour que les participants saisissent la dimension communautaire de la prière.

Installer un petit coin chaleureux éventuellement dans une des chapelles de l'église. Vous pouvez installer un maximum de petites bougies, tamiser la lumière.

L'animateur de la prière guide le temps de prière.

- Le temps de prière débute avec un lent signe de croix introduit par l'animateur.
- Choix d'un premier chant de louange dynamique. Puis un deuxième chant méditatif.
- Mise en pratique de la prière à plusieurs. **Pendant toute la pratique, mettre des chants de louange doux. Préparer en amont 15 minutes de musique.**

Nous allons maintenant faire ensemble 2 exercices de prière à haute voix en trio. Quelle belle expérience ! Allez-y, constituez des groupes de 3 personnes...

- Organisation des trios : les groupe de trios se constituent de façon spontanée mais accompagnée par les animateurs. Les animateurs participent au temps de prière et se répartissent dans les groupes.

Ne vous inquiétez pas, je suis là pour vous guider. Laissez-vous porter par la prière, la douce présence de notre Seigneur au milieu de nous.

Fermez les yeux... Prenez quelques instants de silence pour vous mettre en présence de Dieu...

Je demande à Dieu de regarder ma semaine à sa lumière, de me permettre de la regarder comme lui la regarde, c'est-à-dire avec amour.

Je dis oui à ce qui a été. J'accueille ma semaine avec ses joies et ses peines, ses échecs et ses réussites. Et je la regarde sans focaliser sur un point...

Maintenant, chacun à son tour va prendre la parole. Ne craignez pas les silences. La parole circule entre vous. Chacun à son tour remercie Dieu pour tel ou tel aspect de sa vie.

(Durée 3 min donc une minute chacun – exemple merci pour le temps qu’il fait, merci pour mes enfants, merci pour le parcours K etc.)

Au bout de 3 min, reprendre la parole.

Maintenant chacun à son tour exprime une intention de prière pour lui.

Le premier exprime à haute voix son intention et les 2 autres prient à haute voix pour cette intention à tour de rôle. Je peux demander la force de l’Esprit-Saint... à l’Esprit-Saint d’augmenter en moi la foi...

Pour les 2 priants, la prière est toute simple, vous pouvez par exemple dire : « Seigneur, nous te présentons... (préciser le prénom de la personne) ».

Je préviendrai à chaque changement de personne. Vous pouvez commencer par le premier qui fait sa demande.

2min30 – C’est maintenant au tour du deuxième priant.

2min30 – Nous terminons ce temps par la troisième personne.

2min 30 – Fin du temps.

Nous rassemblons notre prière, nous rendons grâce à notre Seigneur pour le beau temps que nous venons de vivre. Nos cœurs sont préparés pour vivre l’Eucharistie...

- Finir ce temps par un chant de louange dynamique.

Quel jour de Joie (Glorious)

Nous annonçons le roi (Georges Merza)

Dieu est la source de ma joie (Exo)

Te dire merci (Ecole Pierre)

Annexe

Fiche : Comment préparer et partager votre témoignage

Notre expérience de foi est un trésor qui ne nous appartient pas : beaucoup l'attendent même s'ils n'en sont pas conscients.

Vous avez une histoire à raconter. Partager comment vous êtes venus à Jésus. La différence qu'il a fait dans votre vie peut aider d'autres personnes à découvrir comment, elles aussi, peuvent connaître Dieu personnellement.

Mais comment réduire une vie pleine d'expériences à quelques minutes ? Comment communiquer aux autres de façon compréhensible la grande portée de votre foi ? Voilà le défi.

Se préparer à témoigner en 3 points

1. **Prier l'Esprit-Saint** pour qu'il oriente mon intelligence sur les points que je dois aborder, qu'il inspire les paroles que j'aurai à dire et qu'il ouvre les cœurs de ceux qui m'écouteront.
2. **Vaincre ma peur**, car témoigner comprend toujours une part de saut dans l'inconnu et la peur peut nous envahir. Le Seigneur me donnera sa force.
3. **Porter par avance un regard d'amour** sur ceux à qui je vais m'adresser et à qui il veut révéler son amour. Demander à l'Esprit-Saint la grâce de les aimer.

Commencer

Avant de commencer à rassembler des idées, demandez à Dieu de vous guider par son Esprit pendant toute cette démarche et de vous donner la sagesse pour bien rédiger votre histoire.

Essayez de penser à des exemples et à des détails précis. Choisissez une expérience.

1. **Avant : Vous pouvez expliquer votre chemin (de foi) avant l'expérience, en quelques mots**
 - Aviez-vous la foi ? Si oui, en quoi consistait-elle ?
 - Quels étaient votre comportement, vos besoins et vos problèmes ?
 - Autour de quoi tournait votre vie ? Qu'est-ce qui était important pour vous ?
2. **Pendant : Racontez là où vous avez été touché par Dieu** (au cours d'une rencontre, une lecture, un événement...) et quel était votre état d'esprit à ce moment précis (triste, joyeux, avec des problèmes...)
 - Comment Dieu s'est manifesté, à travers qui, à travers quoi ?
 - Quel a été le point tournant pour vous ?
 - Qu'est-ce qui a été « Bonne Nouvelle » pour vous ?
 - Quel aspect de la foi vous a le plus rejoint ? Quel trait de l'amour de Dieu vous a touché ?

3. **Après : Le changement qu'a produit en vous** cette rencontre avec le Seigneur (qu'est-ce qui vous est arrivé ? paix, joie, rien de spécial...)
- Quels changements avez-vous observés dans votre vie ? Dans vos actions ? Comment cette expérience de foi influence-t-elle votre vie actuelle ?
 - Maintenant, qui est le Seigneur pour vous ?

Quelques Conseils

- **Soyez positif** depuis le commencement et jusqu'à la fin.
- **Soyez précis.**
- Soyez réaliste. Ne laissez pas supposer que Jésus-Christ enlève tous les problèmes de la vie mais dites plutôt comment il vous accompagne même pendant les temps difficiles.
- Vous pouvez utiliser un ou deux versets bibliques s'ils ont un rapport direct avec vos expériences.
- **Écrivez une conclusion** qui mettra un point final à votre récit et qui rendra votre témoignage complet.
- Dites votre histoire en vous fiant à la direction du Saint-Esprit. Ce n'est pas vous qui êtes au centre du témoignage, mais le Seigneur (Père, Fils et Saint-Esprit).
- Parlez clairement d'une voix naturelle. **Parlez suffisamment fort** pour être entendu.
- **Adaptez votre langage** à vos interlocuteurs.
- **Respectez le temps accordé.**

Certaines choses doivent être évitées pour ne pas porter atteinte au message essentiel :

- Ne pas trop dévoiler votre vie intime.
- Ne critiquez pas une église, un organisme ou une personne quelconque.
- N'utilisez pas de jargon chrétien, du genre : sauvé, conviction, né de nouveau, péché ou repentir... sans définir ces termes.

Après le témoignage

Après le témoignage il arrive souvent que nous soyons traversés par une période de désolation ou de regret. Il est important de pas regarder en arrière ni regretter de ne pas avoir été complet ou de n'avoir pas pu dire tel ou tel point. Ne nous désolons pas de ne pas avoir été performants. C'est le Saint-Esprit qui fait le travail et qui continuera à parler au cœur des personnes.

A la fin de notre témoignage, nous pouvons prendre quelques instants pour rendre grâce pour l'action du Seigneur dans le cœur des personnes qui ont écouté.

Pour préparer le témoignage de la rencontre 1 :

Ce témoignage doit être orienté sur le thème abordé : Qu'est-ce que la foi ?

La question que l'on peut se poser est :

- Ai-je ressenti la présence aimante de Dieu ?

Pour préparer le témoignage de la rencontre 2 :

Ce témoignage doit être orienté sur le thème abordé : Qui est Jésus ?

La question que l'on peut se poser est :

- Ai-je fait l'expérience d'avoir été relevé, écouté, sauvé, pardonné, guéri en parlant à Dieu par Jésus ?

Pour préparer le témoignage de la rencontre 3 :

Ce témoignage doit être orienté sur le thème abordé : Comment agir pour mon plus grand bonheur ?

La question que l'on peut se poser est :

- Ai-je fait l'expérience d'un changement dans ma vie après avoir rencontré Jésus ?

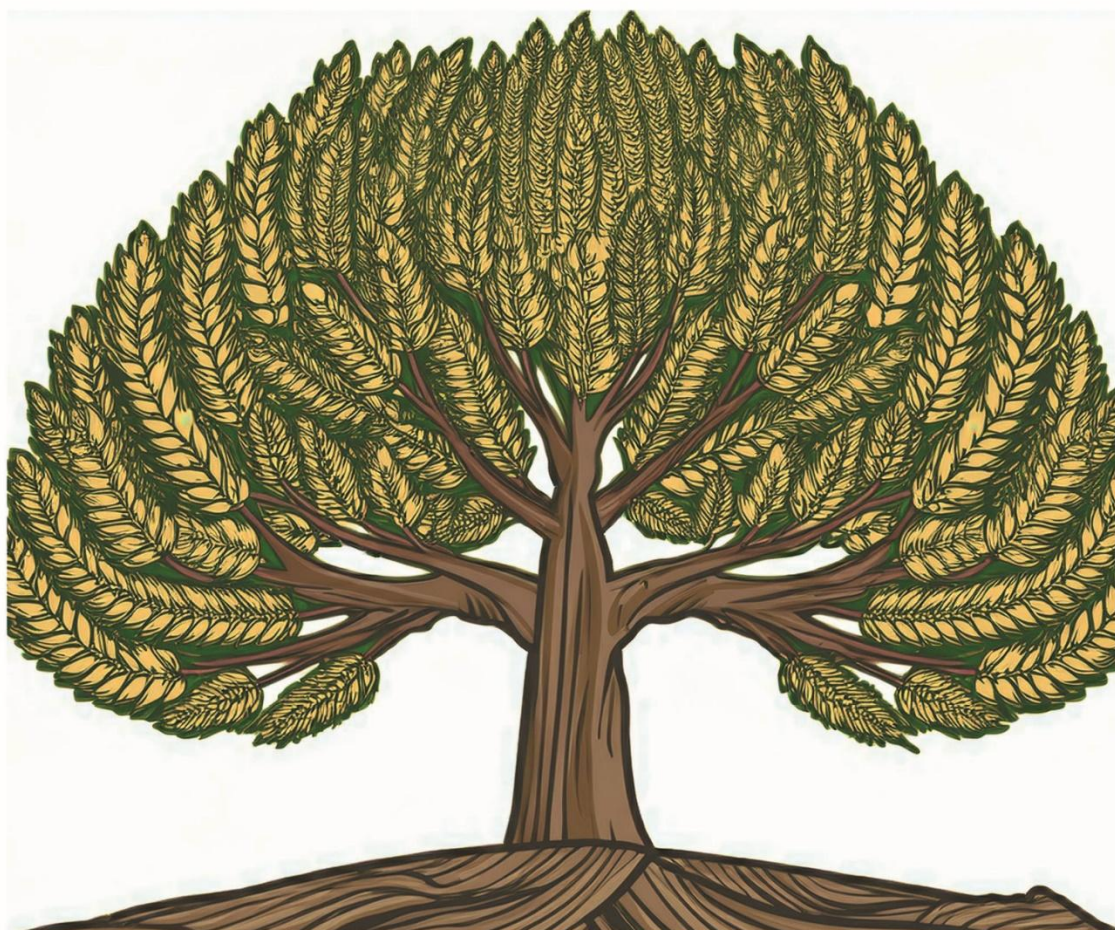
Pour préparer le témoignage de la rencontre 4 :

Ce témoignage doit être orienté sur le thème abordé : Comment rencontrer Dieu ?

Les questions que l'on peut se poser sont :

- Comment ma vie de prière agit dans mon quotidien ?
- Comment ma participation à la messe/ à la communauté accompagne ma vie de prière ?

Je prépare mon témoignage



LYON.CATHOLIQUE.FR



@diocesedelyon

