

## « Exercice de prière » pour la veillée du WE du Parcours Saint Marc (extrait du parcours Alpha)

Je (ou nous) vais maintenant vous proposer un temps pour faire une expérience de prière.

Vous allez simplement vous regrouper par trois et on va pour ceux qui le désirent **apprendre à prier** en petit groupe. Il faut que vous sentiez complètement **libre**. Si certains se sentent mal à l'aise, vous pouvez vous mettre derrière. Mais je vous conseille de vous lancer car une fois passée le moment d'inquiétude, c'est une magnifique expérience de vie chrétienne.

On va faire 4 exercices. **On va se mettre par groupe de trois**. Vraiment trois. Car on va minuter. Si vous êtes deux ou 4 cela va poser des problèmes. **Les couples** ne se mettent pas ensemble. Je(ou nous) vous expliquerai entre chaque exercice ce que nous ferons.

Le premier exercice c'est de se placer devant le Christ et de **lui dire « qui il est pour nous »** ? Par exemple « Jésus tu es mon ami », « Jésus tu es celui qui m'accompagne » « Jésus j'ai confiance en toi ». L'un puis l'autre et le troisième et vous faites ça **en boucle** pendant deux ou trois fois.

### **3 minutes**

Le deuxième exercice consiste à dire **merci**. Cela habitue nos cœurs à s'ouvrir. Je vous propose de dire ce pour quoi vous rendez grâce à Dieu. « Merci Seigneur pour le temps qui fait, pour telle rencontre, merci pour quelqu'un que je ne connais pas ». Vous faites deux ou trois séries en alternant.

### **3 minutes.**

On arrive au troisième exercice dans lequel vous demandez aux deux autres, de prier pour **une intention qui vous est chère mais qui ne vous touche pas directement**. Vous priez pour quelqu'un qui est proche de vous, votre grand mère, votre beau frère qui....

Vous exprimez brièvement votre intention et les deux autres prient dans leur cœur silencieusement pour cette intention. Et on passe la parole au suivant.

Le quatrième exercice est le plus nouveau. **Il concerne la prière pour quelque chose qui vous est cher**. Une guérison physique, un pardon, une guérison. Vous allez confier cette intention pendant ce temps **là les deux autres vont mettre leur main sur votre épaule (Jésus s'approche** et touche les personnes, c'est comme un prolongement de l'incarnation).

**Ils prieront à voix haute**, raisonnablement haute pour garder un bon niveau sonore. **On restera trois minutes par personne.**

**On priera par exemple comme ceci** : « *On te confie Michel, viens dans cette situation guéris-le. Envoie ton Esprit Saint sur Michel et nous te le demandons dans le nom de Jésus* ». A la fin **vous invoquez l'Esprit Saint** pour la vie de la personne.

### **3 minutes.**

On passe à la deuxième personne. Les autres prient pour lui. **3 minutes.**

On passe au troisième pour qu'il exprime son intention. **3 minutes.**

Fin : **Je vous félicite** car vous avez été nombreux. Ce que je vous suggère dans toutes vos vies c'est de présenter au Seigneur, de lui présenter, vos besoins de guérisons, d'Esprit saint pour chacun et chacune de vos frères et de vos sœurs.