

Apprends-moi à prier



Prier en famille

Avant de commencer à travailler sur la prière, vous pouvez faire un petit exercice avec vous afin d'éloigner toutes vos préoccupations matérielles, familiales ou autre qui pourraient vous empêcher de

profiter pleinement de cette journée de travail.

"Fermez les yeux. Respirez plusieurs fois profondément afin de détendre tout votre corps. Maintenant, identifiez toutes les préoccupations qui vous trottent dans la tête, ces pensées perturbatrices qui ne vous laissent pas en paix et qui s'insinuent partout. Une fois identifiée, imaginez que vous avez à côté de vous plein de paires d'ailes toutes blanches. Il y en a des petites, des moyennes, des grosses et même des très grosses. À chaque souci, à chaque pensée perturbatrice identifiée vous allez attacher une paire d'ailes. Une petite pour les petits problèmes et une plus grosse pour les gros soucis. Une fois vos soucis bien attachés, laissez-les s'envoler grâce aux ailes. Laissez-les partir vers Dieu qui va les recevoir. En échange il va vous envoyer son amour divin. Ouvrez bien grand votre cœur afin de le recevoir. Élevez votre pensée et connectez-vous au divin. Gardez votre cœur ouvert afin de pouvoir accueillir tout ce que cette journée a à nous donner."

Maintenant que vos préoccupations se sont éloignées, je vais vous parler de la prière, la prière en famille et la prière avec les enfants. La prière en famille n'est pas forcément un moment différent de la prière avec les enfants. Je suis intimement convaincue que l'on peut inviter un enfant à la prière familiale dès son plus jeune âge. Il faut juste penser à utiliser des mots plus simples ou prendre le temps de lui expliquer ce que l'on fait avant et/ou après la prière. La première chose à faire quand on prie que l'on soit seul, en famille, avec des enfants... est de se dégager de tous nos soucis quotidiens comme nous venons de le faire, d'élever nos pensées et de nous connecter au divin. Avec les enfants, je fais la même petite méditation qu'au début. La différence est que chacun à leur tour ils choisissent si on prend des ailes ou des ballons.

Prier sans utiliser des textes tout fait, mais en utilisant son cœur, n'est pas facile. Pour vous aider à prier de façon spontanée, je vais vous proposer un petit "atelier".

Atelier

Je vous propose de vous mettre par groupe. Chaque groupe va recevoir 2 feuilles et un stylo bille. Sur une face de la feuille, où il est indiqué "avant" vous aller noter tout ce qui vous fait peur, vous freine, ou vous empêche de faire des prières spontanées. Puis, je demanderai à chaque groupe de faire sa prière. Chaque membre du groupe doit pouvoir s'exprimer, donner son avis, choisir ce qui va être dit. Pour vous aider, chaque groupe va recevoir "une main pour prier". Sur une face il y a une main destinée aux enfants et sur l'autre une main destinée aux adolescents et adultes avec quelques explications. Il n'est absolument pas obligatoire de suivre les propositions de "la main". Elle n'est qu'un guide, une aide, une stimulation. Une fois la prière écrite sur la 2e feuille, vous noterez sur le verso de la 1re feuille (où il est écrit "après"), les difficultés rencontrées lors de la construction de la prière. Puis je ramasserai toutes les 1res feuilles.

Explication de l'atelier

Nous pouvons comparer ce qui s'est passé dans chaque groupe à ce qui se passe lorsque nous prions en famille. Nous avons tous des idées différentes, des façons de penser divergentes, des niveaux culturels, intellectuels, émotionnels distincts. Et ce même dans une famille.

Je vais commencer par lire les principaux freins à la prière spontanée que vous avez notés sur les feuilles. Faire le lien que ces freins sont les mêmes que l'on soit en groupe ou en famille. Un enfant, plus il est jeune et moins il aura de complexes pour exprimer sa prière. C'est en grandissant et en fonction des réactions que l'adulte aura face à ses interventions, qu'il va éprouver de la crainte à s'exprimer. Pour qu'un enfant et plus tard l'adulte qu'il deviendra puisse prier avec confiance et sincérité il doit avoir la possibilité de le faire dès son plus jeune âge et sans jugement des adultes. Et quel est le meilleur endroit pour apprendre en toute confiance ?

La famille

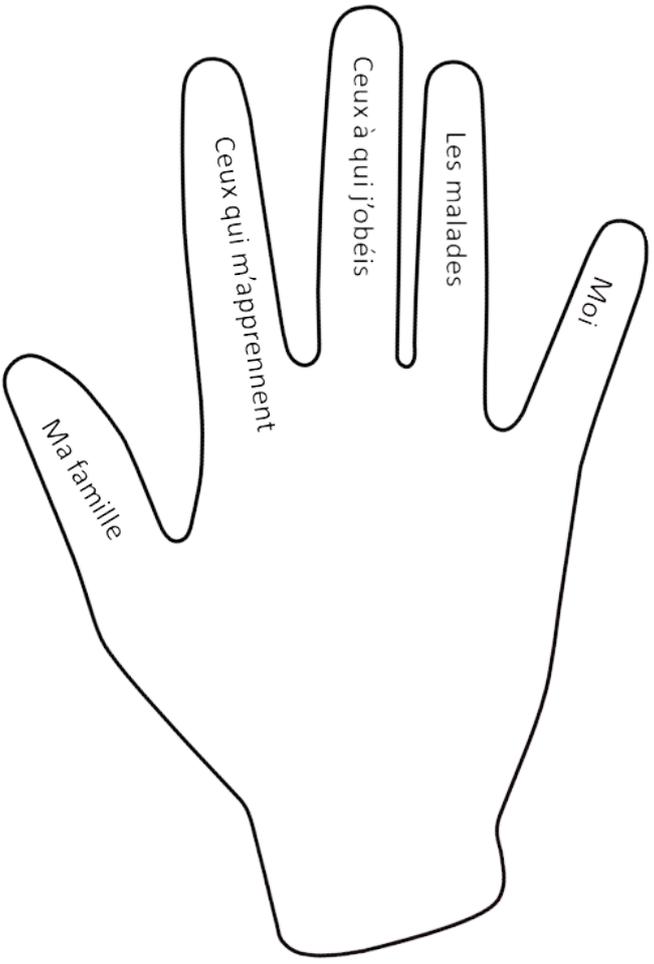
En tant qu'adulte, on a tendance à penser que pour que notre prière soit belle et entendue il faut utiliser de beaux mots, de belles phrases. Les prières spontanées des enfants nous semblent trop simplistes. Ils n'utilisent pas les mots corrects à notre entendement. On voudrait donc remplacer leurs mots par les nôtres qui nous semblent plus justes. Mais qu'est-ce qui est le plus important dans la prière ?

L'intention La sincérité

Si nous, nous ne comprenons pas toujours ce que l'autre veut dire (enfant ou adulte), le divin, Lui, le comprend. Les plus beaux mots, les plus belles phrases, si elles ne viennent pas du cœur, n'ont aucune valeur pour le divin. C'est pour cela qu'il est important de respecter les mots et les intentions de l'autre. Maintenant je vais lire les principales difficultés rencontrées durant le travail. (Voir à quoi sont dues ces difficultés : mauvaise compréhension, difficulté de respecter les différences de l'autre, difficulté de laisser de la place à l'autre, de ne pas se mettre constamment en avant, de trouver un accord, de céder...) Prier en famille nécessite la même tolérance, le même respect que lorsque l'on travaille en équipe. Il est important de garder le cœur et l'esprit ouvert aux autres.

Apprends-moi à prier

1. Le pouce est le doigt le plus proche de soi. Donc, commençons par prier pour ceux qui nous sont le plus proche. Ce sont les personnes les plus susceptibles de revenir à nos mémoires.
2. Ensuite l'index. Prions pour ceux qui enseignent, ceux qui s'occupent de l'éducation et des soins médicaux : pour les enseignants, les professeurs, les médecins, les soignants et ceux qui nous poussent à donner le meilleur de nous. Ils ont besoin du soutien et de la sagesse Divine afin qu'ils puissent montrer le droit chemin aux autres.
3. Le doigt qui suit est le médium, le plus long. Il nous rappelle nos dirigeants. Prions pour ceux qui ont notre pays dans leurs mains, pour les entrepreneurs et pour les administrateurs. Ce sont eux qui dirigent le destin de notre pays et sont chargés de guider l'opinion publique. Ils ont besoin de l'aide du divin.
4. Le quatrième doigt est l'annulaire. Nous devons nous rappeler de prier pour les faibles, pour ceux qui ont beaucoup de problèmes à résoudre ou qui sont éprouvés par la maladie, ceux qui souffrent (matériellement, physiquement, moralement, spirituellement). Nous sommes invités aussi à prier pour ceux qui sont décédés quel que soit leur élévation, nos vibrations d'amour ne peuvent que les aider.
5. Il y a aussi le plus petit de tous les doigts, aussi petits que nous devons nous tenir devant Dieu et devant les autres. Le petit doigt est là pour nous rappeler que nous devons prier pour nous-mêmes, pour que nous aussi nous puissions être aidés dans notre travail, dans notre avancement. Ce n'est que lorsque nous avons prié pour les quatre autres groupes, que nous pourrons le mieux identifier nos besoins et donc prier pour nous.
6. Et, pour finir, n'oublions pas de remercier le divin et nos guides, pour tout ce que nous avons reçu.



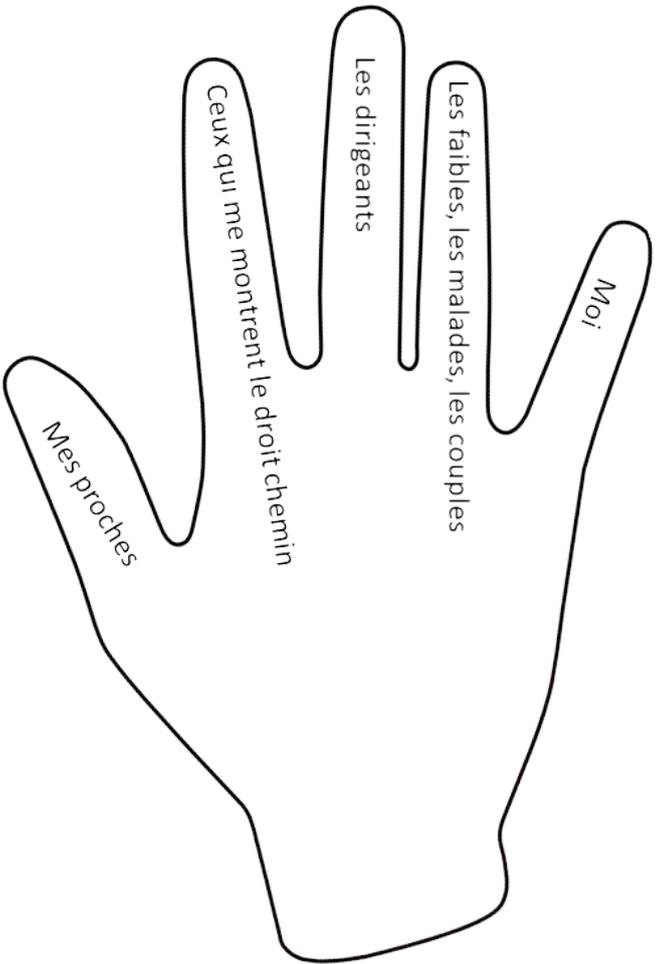
Ma famille

Ceux qui m'apprennent

Ceux à qui j'obéis

Les malades

Moi



Conclusion

Prier en famille est un apprentissage. C'est aussi une école. L'enfant apprend à parler avec Dieu, à lui demander de l'aide pour lui, pour les autres, à le remercier, lui demander pardon... il y apprend aussi le respect de l'autre grâce à l'exemple donné par les plus grands. Les plus grands y apprennent la tolérance, car les plus jeunes ont parfois du mal à s'exprimer, la patience, car chacun a droit à la parole...

Ma prière

