

« Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne
avec Prie en Chemin

Prendre le temps de la prière Semaine des Cendres

C'est avec enthousiasme à Prie en Chemin que nous démarrons cette période du Carême "Appelés à la liberté". L'Esprit nous appelle à une vie plus authentique, plus vraie, plus dégagée, plus juste, plus libre !

Organiser mon Carême

De mercredi à samedi les quelques jours dit « des cendres » sont l'occasion de rentrer dans la démarche de carême. Ce parcours de Carême s'intitule "Appelés à la liberté" d'après une citation du chapitre 5 de l'épître aux Galates où Saint Paul nous propose de marcher à la suite du Christ, sous la conduite de l'Esprit Saint. Oui l'Esprit nous appelle à la liberté. La liberté d'une vie plus authentique, plus vraie, plus dégagée, plus juste !

L'Esprit nous conduit sur une route qui est difficile à parcourir seul. En effet, pour croître en liberté, il faut déjà progresser en **vérité** et entreprendre de mesurer l'écart entre ce que nous voudrions faire et ce que nous faisons. Tout est à recevoir sur notre route, tout est à demander.

Au centre, la prière !

Le mercredi des cendres lance l'invitation à la prière. Notre exercice de cette courte semaine est un exercice avec ce qui nous sert **d'agenda**. Comment bousculer un peu notre quotidien pour y replacer des temps

« Appelés à la **liberté** »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne
avec Prie en Chemin

privilégiés de rencontre avec Dieu pendant tout le carême? C'est une question plus délicate qu'il n'y paraît.

Étape 1 : Je me fixe un objectif ambitieux et réaliste

Chaque jour Prie en Chemin vous propose de prendre dans la journée, si possible le matin, le temps de prier avec la [méditation sonore guidée de la parole](#), aussi disponible en texte.

Puis de trouver un moment calme le soir, par exemple sur son trajet de retour, au coucher... pour faire le point sur la journée sous le regard de Dieu. C'est un [temps de relecture simple](#) qui peut être fait avec un support sonore Prie en Chemin ou tout seul très simplement.

Enfin, le samedi, au lieu de la prière de la parole, Prie en Chemin vous propose une relecture approfondie de la semaine à l'issue de laquelle vous pouvez prendre quelques notes personnelles.

Ce programme peut paraître léger à certains d'entre nous qui prendront des [oraisons plus longues](#), et à l'inverse sembler insurmontable à d'autres qui doivent déjà installer des temps de prière personnelle...

L'exercice de cette semaine commence par se **décider** sur sa propre fréquence personnelle, sa propre durée. Je peux commencer par regarder où et comment se déroule tel jour de la semaine de mon réveil à mon coucher. Comment vais-je insérer ces temps ? Que faut-il prévoir pour que mon programme résiste dans la durée? Et les jours de week-end, est-ce différent ?

« Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne
avec Prie en Chemin

Vous pouvez faire selon le programme proposé... ou autrement. Certains choisiront un temps de prière de la parole par semaine de 15 minutes, une brève introspection quotidienne et un temps posé de relecture le week-end... D'autres choisiront un programme plus « costaud » avec 30 minutes quotidienne avec la parole et 10 minutes pour relire leur journée. Et tout cela est bien. L'important est que ce carême puisse représenter un « davantage » de prière que le temps ordinaire qui a précédé. Mon « davantage » est peut-être modeste, mais je peux être confiant que Dieu va faire avec!

Étape 2 : Adapter le lieu

Il reste aussi à déterminer les lieux avec précision. En allant jusqu'au bout de la faisabilité pour moi. Si je vais écouter la parole dans les transports, je vais le faire avec quel matériel? Si je vais me poser en arrivant au boulot, est-ce que le lieu me permettra de prier? Est-ce que j'ai besoin d'une position précise pour m'ouvrir au respect de Dieu? Au contraire, est-ce que je sais me recueillir partout? Et je prends le temps de penser à mes prières personnelles jusque-là: qu'est-ce qui est fructueux et porteur pour moi? Comment puis-je recréer ou adapter ce cadre?

Étape 3 : Noter

Je peux ouvrir un carnet de notes pour consigner mon chemin sous le regard du Seigneur, si je n'en ai pas déjà un... Ce peut tout à fait être un fichier sur mon ordinateur si je n'aime pas les cahiers!

Je prends le temps de me mettre en présence du Seigneur, de le saluer et d'inscrire mes premières décisions de fréquence et de temps et de lieu de

« Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne
avec Prie en Chemin

prière pour ce carême 2024! Je lui confie tout cela, à Lui qui m'a donné ce désir de venir à Lui. Je peux le remercier pour ce début. Je peux lui demander ce dont je sens que j'ai besoin pour mon chemin. C'est Lui qui donne tout.

Appelés à la liberté avec le Christ

Nous sommes appelés à la liberté, à la suite du Christ. Fondamentalement orientés vers Jésus, lui-même tourné vers Pâques, une pâque vers laquelle il monte librement. Il avance debout, avec dignité, mais aussi avec une grande connexion dans la prière avec son Père qui l'a envoyé. Autour de lui des hommes complotent, menacent, trament... mais rien de cela ne l'arrête. Rien ne l'empêche d'enseigner, ni de soigner. Son orientation vers la vie reste indéfectible au cœur même des obstacles. Et cette marche aboutit à un fleurissement de vie nouvelle, pour lui et pour nous.

C'est vers cet appel à la vie que nous nous mettons en route à notre tour avec confiance. En prenant la route de la lucidité et de la sincérité face à la réalité concrète de nos jours. Avec l'envie de laisser l'Esprit de Dieu nous guider vers nous-même et vers la vie. De le laisser nous rendre libre à la suite du Christ qui nous libère.

« Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne
avec Prie en Chemin

Relecture de la semaine des cendres

Ma vie de prière

Je m'apprête à relire ma semaine avec Dieu.

J'entre en prière. Je prends conscience de mon corps, de mon souffle, de mes pensées. Je les présente au Seigneur. Je peux ouvrir mes mains avec cette intention : Seigneur, tu vois ce avec quoi je viens aujourd'hui. Je veux le déposer dans ce dialogue avec toi. Donne-moi Seigneur d'examiner ma semaine avec clairvoyance. Prête moi ton regard juste, et bienveillant. Au nom du Père, et du Fils, et du Saint Esprit, Amen.

Je présente au Seigneur le concret de ma semaine qui s'est déroulée. Je prends le temps, jour après jour, je lui montre les activités, les rencontres, les sentiments qui l'ont traversé.

Je finis de présenter au Seigneur ma semaine.

Je présente au Seigneur ma vie de prière de la semaine. Les temps de prière pris, mais aussi les courtes prières lancées vers le ciel, le dialogue avec Dieu au quotidien. Je peux me souvenir du fait que Jésus a aussi partagé cette expérience de la prière pendant sa vie terrestre. Je lui parle de ma vie de prière avec simplicité et lucidité.

Je formule une demande de pardon, une action de grâce ou une prière, selon ce qui monte dans mon cœur.

Je confie au Seigneur mon désir de le suivre pendant ces six semaines de Carême. Je peux lui exprimer mon envie de grandir en liberté pour être prêt à le suivre.

« Appelés à la liberté »

Galates, 5-1

Un Carême en ligne
avec Prie en Chemin

Alors que ce temps de prière se termine, je peux, avec Jésus, dire la prière que j'ai apprise de Lui. Ensemble, nous nous tournons vers notre Père et nous ouvrons les mains.

Notre Père, qui es aux cieux,
que ton nom soit sanctifié,
que ton règne vienne,
que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.
Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.
Pardonne-nous nos offenses,
comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés.
Et ne nous laisse pas entrer en tentation
mais délivre-nous du Mal.
Amen