



# SOIRÉE CANA'P

Semaine 1: ENTENDRE

## Bonus Prière Marc 4, 21-25

La spiritualité de la Communauté du Chemin Neuf s'enracine dans la tradition ignatienne qui propose une manière de prier en plusieurs étapes. Elle permet de faire grandir notre relation au Seigneur qui petit à petit devient un proche à qui on peut parler comme un ami parle à un ami. Ce dialogue trouve sa source dans notre histoire et dans notre vie quotidienne.

### Temps de prière individuel

**Avant de commencer je choisis le temps pendant lequel je souhaite prier.**

#### 1- Mise en présence

Je me mets en présence de Dieu qui est là, qui m'attend. Dieu qui m'écoute qui veut m'entendre. « *Parle, Seigneur ton serviteur écoute* » (1Sam 3,9).

#### 2- Lire le texte :

Evangile selon Saint Marc, chapitre 4, versets 21 à 25 ([voir ici](#))

#### 3- Imaginer la scène

Imaginer une lampe ou une lumière que l'on met sous un lit ou dans une armoire. Se laisser interpellé par cette situation.

Voir une lampe accrochée en hauteur pour que sa lumière se répande. Voir la lumière qui profite à tous.

Imaginer aussi une mesure remplie de grains. Voir le grain qui déborde, l'abondance, la générosité. Puis imaginer aussi une mesure peu remplie, presque vide.

Laisser ces images résonner en moi.

# SOIRÉE CANA'P



## Semaine 1: L'écoute

### **Je demande la grâce d'écouter comment Dieu me parle personnellement.**

Je peux m'arrêter sur les points suivants :

**Verset 21** : je contemple en moi tout ce qu'il y a de lumineux. Tout au fond de moi il y a cet enfant de lumière que Dieu a créé : tout simple ; joyeux, heureux, plein d'amour et de paix. Prendre le temps de se laisser toucher par cette réalité lumineuse en moi.

**Verset 22** : je demande à Dieu de m'apprendre à faire grandir ce qu'il y a de lumineux en moi. **Comment être une lumière pour les personnes autour de moi ? Être une bénédiction ?**

**Verset 24** : j'entends l'invitation de Jésus à une générosité dans ma façon d'écouter. Qu'est ce que cela veut dire pour moi « entendre généreusement » ? Est-ce que le Seigneur me montre des personnes à qui je peux offrir mon écoute. Il faut du temps pour écouter. Est-ce que je consens à « perdre » du temps pour écouter vraiment ?

Pour conclure je vis un «cœur à cœur» avec Jésus comme avec un ami. Je lui dis ce qui m'a touché. Il m'écoute, je l'écoute dans le silence.

Je termine avec une prière que j'aime. Je note en quelques mots ce qui a été important dans ce temps de prière.

Vous pouvez également vivre ce temps de prière en couple.

- Prenez le temps de la mise en présence ensemble, le Seigneur est là au cœur de votre couple ;
- Donnez-vous une durée pour prier le texte chacun de votre côté ;
- Le temps de « cœur à cœur » se vit en couple : chacun partage ce qui ressort de sa prière. Après un temps de silence vous pouvez prendre un temps d'échange.
- Conclure ensemble votre prière.

