



SOIRÉE CANA'P

Semaine 4: SENTIR

Bonus Prière

Livre du Cantique des Cantiques
4, 7-14 (pour les hommes) et 5, 10-16 (pour les femmes)

Nous proposons pour ce temps de prière en deux temps :
prière seule puis temps en couple

Pour la fin du temps de couple, vous pouvez préparer une huile parfumée de votre choix.

Prière personnelle (20 minutes)

a/ Prends le temps de te mettre en présence de Dieu, respire lentement, ferme les yeux
Tu es en présence de Celui qui t'aime infiniment. Tu peux être en confiance et en paix.

b/ Demande la grâce d'accueillir la tendresse de Dieu pour ton conjoint et pour ton couple

c/ tu peux lire lentement le texte

Les hommes peuvent prier avec le Cantique des Cantiques 4, 7-14

Les femmes avec le passage du Cantique des Cantiques 5,10-16

Méditation de texte

1/ lis attentivement les expressions de la louange de la beauté de l'autre « *Que tu es belle, mon amie que tu es belle !... »*

« *Mon bien-aimé se signale entre dix mille... »*

La louange est le premier langage de l'amour, qui, en jouissant de l'être aimé, s'oublie lui-même.

2/ arrête toi sur chaque comparaison exprimée dans ce passage : « *tes lèvres sont comme un cordon écarlate... »* « *ses yeux sont comme des colombes près du torrent... »*

L'amour est inventif ; à travers les comparaisons, on place la personne aimée dans son propre monde imaginaire ou plutôt dans son cœur

3/ contemple toutes les odeurs et goûts évoqués dans ce passage lié à la beauté et la présence de la personne aimée

« *la senteur de tes vêtements est comme la senteur du Liban... »*, « *ses joues sont comme un parterre d'essences odoriférantes... »*



SOIRÉE CANA'P

Semaine 4: SENTIR

Bonus Prière

Livre du Cantique des Cantiques
4, 7-14 (pour les hommes) et 5, 10-16 (pour les femmes)

Temps en couple

1/ vous pouvez vous asseoir en tête à tête, très proches, vous prenant par les mains
Fermez les yeux, mettez-vous en présence l'un de l'autre,
Vous êtes en face de la personne choisie, aimée, prenez du temps pour apaiser votre cœur.

2/ Invoquez l'Esprit Saint, demandez-lui d'être avec vous

3/ Prenez le temps de vous bénir l'un l'autre, de vous dire des paroles bienveillantes (bénir signifie dire du bien) - nous vous proposons de verser quelques gouttes d'huile parfumée dans les mains de votre conjoint, sentir le parfum qui se dégage comme un air d'amour qui envahit la pièce.