Carnet personnel de prières pour la Semaine sainte

L'intention de ce carnet de prière est de s'approprier des textes, de les décorer pour avoir envie d'y revenir souvent et régulièrement grâce à une mise en page sous forme ludique et transportable (des feuilles A5 plastifiées et reliées par un anneau).

Le carnet se décompose en 7 parties, pour les 7 jours de la semaine. On peut décliner un thème général en 7 thématiques plus petites – comme choisir 7 thèmes d'intercessions. Pour chaque jour, on compte environ et idéalement 2 pages A5 recto-verso. On y glisse ce qu'on veut et dans la quantité qui vous plaît, mais il semble nécessaire de respecter deux règles de base :

- Pour chaque jour de prière, mettre à chaque fois au moins : un texte biblique (psaume ou passage biblique), un élément spirituel (citation, prière, thème d'intercession, bénédiction, cantique, etc.) et un élément artistique (une image, une œuvre d'art, une citation, un poème, etc.). Il s'agit d'un minimum. La composition finale ne relève que de vos envies.
- Néanmoins, essayez de ne pas surcharger non plus votre carnet. Nous vous encourageons à rester sur les deux pages recto-verso maximum afin de ne pas finir avec un carnet poids éléphant qui ne sera plus du tout pratique à transporter et deviendra même plutôt rébarbatif à utiliser. Et surtout gardez le matériel non utilisé précieusement afin d'en créer un nouveau d'ici quelques temps ! Votre prière en sera renouvelée !

Il est possible d'organiser le carnet par jour et par intention de prière, on peut s'inspirer de cette proposition : Pour un projet de carnet de prières

Les 7 jours de la semaine peuvent également être déclinés par thèmes :

- 7 femmes de la Bible (Sarah, Esther, Judith, Lydia, Marie, Elisabeth, etc.)

- 7 figures contemporaines de la foi pour m'aider à prier (Martin Luther King, Mère Teresa, Desmond Tutu, Albert Schweitzer…)
- 7 confessions de foi
- On peut découper le Notre Père ou le credo en 7 parties
- Les 7 jours de la création
- 7 paraboles ou 7 paroles fortes de Jésus.
- 7 manières de prier : chaque feuille représente une autre manière de prier, accompagnée d'un psaume, d'un chant ou d'un répons, d'une image pour aider à la méditation, etc.
- 7 œuvres d'art sur la foi (une nativité, le retable d'Issenheim, le fils prodigue de Rembrandt, le semeur de Van Gogh…)
- 7 cantiques (un gospel, un psaume de Marot, un chant de louange de JEM, un cantique pour enfant, un chant d'Exo…)

Le support peut être intéressant pour préparer un voyage (colonie de vacances ou camp ou voyage personnel). Il sera alors l'occasion d'y glisser : prière de la tradition du pays, un ou deux nouveaux mots dans la langue du pays pour chaque jour (par exemple en lien avec le thème d'intercession du jour : famille, voyage, Eglise, nourriture, merci, s'il te plaît, pardon…), un proverbe du lieu, comme une prière pour le groupe…

L'exemple de ce projet est prévu pour la Semaine sainte. Cet exemple peut être développé de plusieurs manières car la plus grande des libertés est proposée pour cet exercice créatif. Télécharger ce projet : Texte carnet Semaine sainte

Comment utiliser ce matériel ?

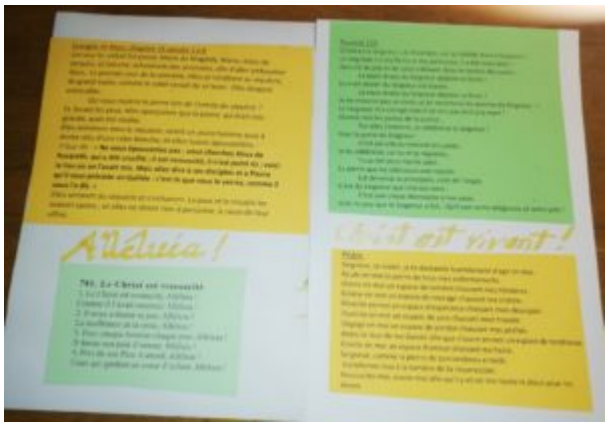
- Imprimer en recto les 17 pages de textes du carnet de la Semaine sainte.
- Choisir. Il s'agit tout d'abord d'une base de travail. Dans cette proposition, vous pouvez choisir de tout garder, comme de n'en prendre qu'une partie. Vous pouvez tout utiliser. Vous pouvez sélectionner un texte pour chaque jour de la semaine selon le choix que vous préférez. Vous pouvez également choisir de ne garder que les étapes les plus importantes. Si vous désirez étudier la Semaine sainte au catéchisme par exemple, vous pouvez décider de proposer uniquement les textes du dimanche des Rameaux, de Jeudi saint avec la Sainte Cène, (Gethsémani), de vendredi avec la Croix et de Pâques (dimanche matin).
- En cette période de pandémie, vous n'aurez peut-être pas l'occasion de

vous rendre aux différentes célébrations de la Semaine sainte. Pourquoi ne pas utiliser ce que nous vous proposons pour l'utiliser pour un petit temps de culte personnel ce jour-là ?
- Découper. Coller. Décorer.

Je ne suis pas artiste, qu'est-ce que je fais ?

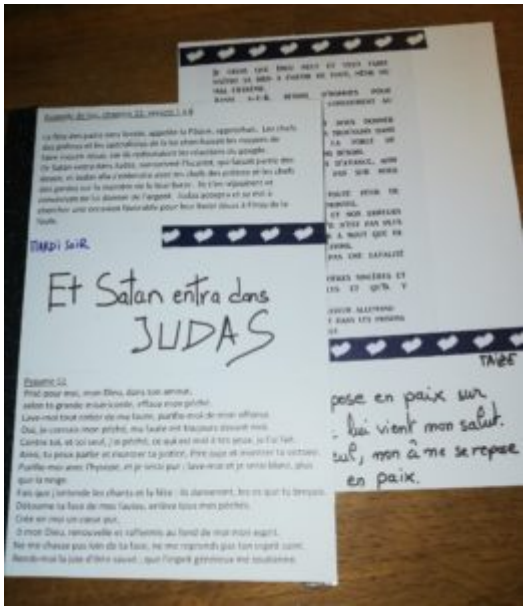
On peut tout à fait créer un carnet de prière visuellement sympathique sans avoir de grands talents artistiques. Pas besoin d'être Michel-Ange ! voici quelques idées :

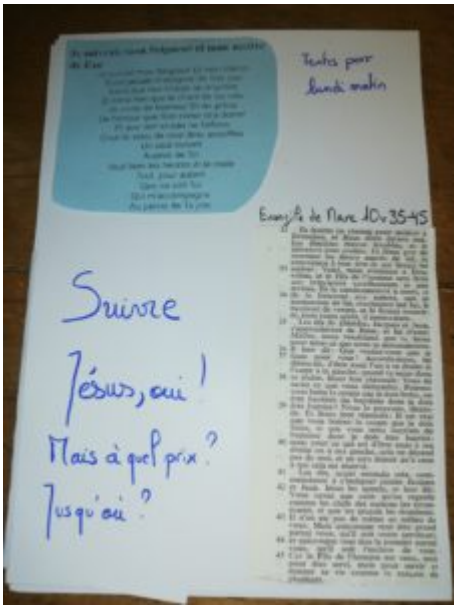
- Imprimer les textes sur du papier de couleur pour le coller sur du papier blanc fera déjà de l'effet ! Comme à l'inverse, des textes imprimés sur du papier blanc collés sur du papier de couleur (n'hésitez pas à oser le noir en fond, l'effet est saisissant) – photo 1 ci-dessous
- Une image bien placée fait beaucoup. Pour cela, découpez dans de vieux journaux paroissiaux, des images des feuilles de cultes si votre paroisse les illustre mais aussi les vieux plans de lectures bibliques, journaux missionnaires ou encore des cartes postales, magazines, etc. – photo 2 ci-dessous
- Utilisez vos feutres pour écrire en couleurs : un verset, une citation, une prière ou un chant. Vous pouvez tenter également d'autres outils : un stylo plume avec une jolie calligraphie bien appliquée, des stylos de différents coloris, un stylo blanc pour écrire sur du papier noir, etc. – photo 3 ci-dessous
- Usez (et même abusez) du *washitape* ! Ce petit scotch décoratif s'achète à petit prix en rayon des magasins de loisirs créatifs. Il améliore une page rapidement – photo 4 ci-dessous
- Recyclez du vieux matériel ! Offrez une nouvelle vie à un vieux cantique ou une vieille bible usagée. Vous varierez ainsi les supports visuels (et pensez à conserver le reste… Vous pourriez avoir envie de réaliser un autre carnet !) – photo 5 ci-dessous
- Ou en groupe, proposez un échange de services : en échange d'une illustration par un autre participant plus doué en dessin, aidez-le dans un domaine plus dans vos cordes !


Alléluia !
Christ est vivant !

La Passion
Jesus sur la Croix

Si quelqu'un veut me suivre, il doit plus penser à lui-même.
CHAQUE JOUR, IL DOIT PORTER SA CROIX ET NE SUIVRE "
Psaume 131.
Seigneur, je n'ai pas le cœur fier ni le regard ambitieux ;
Je ne poursuis ni grands desseins, ni merveilles qui me dépassent.
Non, mais je tiens mon âme égale et silencieuse ;
Mon âme est en moi comme un enfant,
Comme un petit enfant contre sa mère.
Attends le Seigneur, Israël, maintenant et à jamais.


MARDI SOIR
Et Satan entra dans JUDAS
TAIRE
pose en paix sur
lui vient mon salut.
eul, mon âme se repose
en paix.



Qu’est-ce que je peux mettre ou ne pas mettre ?

- La prière est un élément-clé de la vie chrétienne mais s’y mettre tous les jours n’est pas forcément facile. Nous vous incitons à créer un outil afin de persévérer dans la prière et de rendre votre vie spirituelle plus agréable (à vous comme à Dieu). Mettez donc ce qui vous plaît et vous donnera aussi l’envie de l’utiliser.
- Certains aimeront, par exemple, l’idée d’associer des œuvres d’art à des textes alors que d’autres préféreront avoir sous la main leurs cantiques préférés en lien avec des prières.
- Constituer le carnet vous reposera également des questions de foi : pour quoi et pour qui voudrais-je prier ? Qui voudrais-je comme compagnon de prière ? Est-ce la Bible seulement ? Ou d’autres auteurs comme Luther ou Francine Carillo ? De quoi ai-je besoin pour me nourrir spirituellement tous les jours ?
- Mais également : et si je découvrais cette tradition pour tel jour ? Je pourrais insérer une prière de tradition copte, orthodoxe, juive, africaine, réformée, etc. Quelle prière ou texte, ou encore chant, irait bien ici ? Et si, pour ce thème d’intercession, j’écrivais la prière moi-même ? Et si je mettais là la prière que j’ai apprise avec ma grand-mère ou mon pasteur ? Cette citation d’un livre ou d’un film colle parfaitement à ce thème d’intercession et/ou à ce texte biblique, je pourrais l’ajouter, non ?

Pour ceux qui aimeraient insérer une courte prière pour le matin et/ou le soir, on peut en trouver à la fin des recueils de cantiques Arc-en-ciel et Alléluia ainsi que

dans les pages vertes (p.450 et suivantes) du recueil « Prières » de Olivétan et de la Société luthérienne.

Matériel nécessaire

- Des feuilles A4, 160 gr minimum. Les feuilles peuvent être blanches ou de couleur. On compte une feuille par jour plus une pour la couverture et l'arrière. Les couper en deux.
- Un peu de papier de couleur (peu importe la taille) pour écrire quelques lignes ou l'un des éléments et ainsi égayer le tout.
- Belles images (cartes postales, impressions mais aussi : des illustrations ou photos découpés dans de vieux magazines ou revues ainsi que de vieux manuels).
- Si on en possède : de vieilles bibles ou cantiques qu'on découpera pour utiliser ce support (les sacristies et placards paroissiaux en regorgent souvent). Ainsi on réutilisera au lieu de jeter.
- Beaux textes, cantiques, prières…
- Ciseaux
- Colle (éviter de préférence la colle liquide qui a tendance à faire gondoler les papiers).
- Des feutres et/ou crayons pour dessiner si l'envie vous prend
- Du w*ashitape* (ou scotch décoratif), des paillettes, ou toute décoration sympathique qui rendra le carnet plus plaisant à l'œil
- Machine à plastifier + feuilles de plastification
- Perforatrice + anneau

Crédits : Emily Huser (UEPAL) – Point KT