



Prier en couple

"Sans moi, vous ne
pouvez rien faire."

Jn 15.5

À 3, c'est mieux !

"Sans moi, vous ne
pouvez rien faire."

Jn 15.5

Prier ensemble, c'est grandir ensemble dans l'Amour du Christ.

Prier ensemble, c'est placer Dieu au milieu de notre couple.

Prier ensemble, c'est dialoguer et communier avec Dieu.


Prier ensemble, c'est désirer construire quelque chose d'encore plus grand que la somme d'un homme et d'une femme.

Prier ensemble, c'est le moyen d'arroser son couple grâce à la source d'Eau Vive.

Et si nous osions la prière en couple ?

Ce livret propose un chemin pour nous guider dans la prière : un cadre très général à compléter à notre gré et une prière de couple plus détaillée.

A nous d'inventer la nôtre.



"Les époux sont donc pour l'Église le rappel permanent de ce qui est advenu sur la croix. Ils sont l'un pour l'autre et pour leurs enfants des témoins du salut dont le sacrement les rend participants. Le mariage, comme tout sacrement, est un mémorial, une actualisation et une prophétie de l'événement du salut. *Mémorial*, le sacrement leur donne la grâce et le devoir de faire mémoire des grandes œuvres de Dieu et d'en témoigner auprès de leurs enfants ; *actualisation*, il leur donne la grâce et le devoir de mettre en œuvre dans le présent, l'un envers l'autre et envers leurs enfants, les exigences d'un amour qui pardonne et qui rachète ; *prophétie*, il leur donne la grâce et le devoir de vivre et de témoigner l'espérance de la future rencontre avec le Christ."

Jean-Paul II, exhortation apostolique
Familiaris consortio, n° 13

Chemin # 1

- Nous commençons par un beau et lent signe de croix pour nous mettre en présence de Dieu.
- Nous nous plaçons comme deux pauvres sous le regard du Père. C'est lui qui bénit notre mariage, fait fructifier notre amour, lui donne d'être à son image malgré nos limites et imperfections.
- Nous lisons un passage de la parole de Dieu (un texte de notre mariage ou l'évangile du jour) ou une prière (cf. Textes et prières).
- Nous prenons un temps de silence.
- Nous portons des intentions ensemble : pour nous-mêmes, notre famille, notre entourage, l'Eglise, le monde.
- Nous disons ensemble le *Notre Père*.
- Nous nous confions à la Vierge Marie en récitant un *Je vous salue Marie*.
- Nous terminons par le signe de croix.

Chemin # 2

■ Nous commençons par un signe de croix :
Au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit, Amen !

■ Nous prenons un chant de louange pour entrer dans la prière :

- 18 : Alleluia, proclamez que le seigneur est bon
- 40 : Bénis le Seigneur ô mon âme
- 42 : Béni soit ton Nom
- 93 : Gloire à toi, source de toute joie
- 204 : Qu'exulte la terre

■ Prions :

Seigneur,

*Nous nous confions humblement à Toi ce soir
et nous nous remettons entre Tes mains.*

*Détourne-nous de tout ce qui pourrait
en cet instant nous éloigner de Toi.*

*Puissions nous découvrir ton immense miséricorde
pour saisir combien Tu nous aimes !*

Donne-nous un coeur pur,

un coeur doux, un coeur de chair

pour pouvoir nous rapprocher de Toi.

Seigneur, viens prendre Ta place au milieu de nous.

■ Prenons un temps en silence pour nous ouvrir à Sa présence et nous permettre d'accueillir son Esprit Saint.

■ Invoquons l'Esprit Saint en le chantant et le priant :

- 272 : Esprit de Dieu souffle de vie
- 274 : Esprit de Sainteté
- 281 : Jésus, toi qui as promis
- 293 : Viens Seigneur, Esprit Saint !
- 299 : Viens, Esprit Saint, descends sur nous

Viens Esprit très Saint !

Viens éclairer chacun des recoins de notre cœur, particulièrement ceux que nous voulons garder fermés, loin de Toi.

Viens habiter chacune de nos pensées et de nos paroles pour que Tu sois le seul guide de notre prière.

Esprit de Dieu, sois notre souffle d'amour pour voir et chanter Ta grâce dans notre vie.

Esprit de Dieu, donne-nous un cœur qui accueille et écoute, un cœur qui cherche à imiter le tien.

Viens nous purifier et nous renouveler avec force et douceur.

Amen

■ Nous lisons ensemble cette prière avant de demander pardon, chacun notre tour, à voix haute

ou dans le silence de notre coeur :

Seigneur,

*Toi qui connais nos raisonnements,
nous Te demandons pardon pour le mal que nous
avons commis et en particulier celui qui blesse
notre couple, notre famille et nos enfants.*

*Toi qui jamais ne juges ni ne condamnes,
viens nous relever par la grâce de ton amour.*

*Tu es là, ce soir, pour nous libérer de ce qui nous
détourne du bonheur, de Ta paix, de Ta joie.*

*Nous Te rendons grâce pour ton immense
miséricorde.*

■ Nous pouvons lire l'évangile du jour en nous laissant féconder par Sa parole. Chacun peut redire à voix haute une phrase qui l'a touché. Sinon, nous méditons en silence quelques minutes.

■ Nous avons le désir de prier pour notre couple :

Seigneur,

Tu nous as appelés à fonder ensemble un foyer.

*Donne-nous la grâce de l'animer de Ton Amour.
Donne-nous de nous accepter tels que nous
sommes, avec nos qualités et nos défauts, de nous
aider à nous transformer l'un par l'autre.*

*Donne-nous de demeurer en Ton Amour tous les
jours de notre vie.*

Fais que notre foyer soit brûlant d'amour pour les

autres, qu'il soit réconfortant pour tous ceux qui y vivront. Que notre maison soit ouverte à tous, riches ou pauvres, qui viendront s'y asseoir et s'y réchauffer.

Apprends-nous à entrer dans ton projet, à te faire confiance, à t'offrir nos joies et nos peines, à accueillir ceux que tu nous confieras et à les conduire jusqu'à toi, à te rendre grâce de notre vie ensemble.

Seigneur, Toi qui est l'Amour, bénis notre amour.

■ Nous confions dans notre prière les familles du monde :

Seigneur, donne-nous un cœur ouvert aux autres, particulièrement aux plus pauvres, aux plus fragiles. Donne-nous un cœur qui déborde de charité !

Nous Te confions tous ceux qui se préparent au mariage : aide-les à mesurer la beauté du sacrement qu'ils vont recevoir.

Nous Te confions tous les couples en difficulté ou marqués par l'infidélité, tous les couples qui connaissent le chômage ou la maladie, tous les couples qui ont perdu un enfant, tous les couples qui sont frappés par l'alcool, la violence ou la drogue, toutes les familles qui connaissent le martyre dans le monde à cause de leur Foi.

Nous te confions particulièrement X et Y (prénoms d'un couple pour lequel vous priez).

Amen

■ Si nous avons des enfants, nous prions ensemble pour eux :

Seigneur,

tu as donné la joie d'accueillir Tes enfants dans notre famille. Guide les choix que nous faisons pour eux.

Éclaire notre intelligence et notre cœur pour que nous puissions les conduire chaque jour par le témoignage de nos vies vers Toi.

Purifie nos cœurs pour que nous reconnaissons les traits de Ton visage dans notre conjoint et chacun de nos enfants.

Apprends-nous la patience, la disponibilité de cœur et d'esprit afin que nous soyons pour chacun des témoins de Ton amour.

■ Nous pouvons terminer cette prière par un *Notre Père* et un *Je Vous Salue Marie*.

Parole de Dieu

■ Ce jour-là, Jésus était sorti de la maison, et il était assis au bord de la mer. Autour de lui se rassemblèrent des foules si grandes qu'il monta dans une barque où il s'assit ; toute la foule se tenait sur le rivage.

Il leur dit beaucoup de choses en paraboles :

« Voici que le semeur sortit pour semer.

Comme il semait, des grains sont tombés au bord du chemin, et les oiseaux sont venus tout manger. D'autres sont tombés sur le sol pierreux, où ils n'avaient pas beaucoup de terre ; ils ont levé aussitôt, parce que la terre était peu profonde.

Le soleil s'étant levé, ils ont brûlé et, faute de racines, ils ont séché.

D'autres sont tombés dans les ronces ; les ronces ont poussé et les ont étouffés.

D'autres sont tombés dans la bonne terre, et ils ont donné du fruit à raison de cent, ou soixante, ou trente pour un. Celui qui a des oreilles, qu'il entende ! » *Mt 13.1-9*

■ Or les parents de Sarra avaient quitté la chambre et fermé la porte. Tobie sortit du lit et dit à Sarra :

« Lève-toi, ma sœur. Prions, et demandons à notre Seigneur de nous combler de sa miséricorde et de son salut. »

Elle se leva, et ils se mirent à prier et à demander que leur soit accordé le salut. Tobie commença ainsi : « Béni sois-tu, Dieu de nos pères ; béni soit ton nom dans toutes les générations, à jamais. Que les cieux te bénissent et toute ta création, dans tous les siècles.

C'est toi qui as fait Adam ; tu lui as fait une aide et un appui : Ève, sa femme. Et de tous deux est né le genre humain. C'est toi qui as dit : "Il n'est pas bon que l'homme soit seul. Je vais lui faire une aide qui lui soit semblable."

Ce n'est donc pas pour une union illégitime que je prends ma sœur que voici, mais dans la vérité de la Loi. Daigne me faire miséricorde, ainsi qu'à elle, et nous mener ensemble à un âge avancé. »

Puis ils dirent d'une seule voix :

« Amen ! Amen ! » *Tb 8.4-8*

■ Le troisième jour, il y eut un mariage à Cana de Galilée. La mère de Jésus était là. Jésus aussi avait été invité au mariage avec ses disciples. Or, on manqua de vin.

La mère de Jésus lui dit : « Ils n'ont pas de vin. » Jésus lui répond : « Femme, que me veux-tu ? Mon heure n'est pas encore venue. » Sa mère dit à ceux qui servaient : « Tout ce qu'il vous dira, faites-le. »

Or, il y avait là six jarres de pierre pour les purifications rituelles des Juifs ; chacune contenait deux à trois mesures, (c'est-à-dire environ cent litres). Jésus dit à ceux qui servaient : « Remplissez d'eau les jarres. » Et ils les remplirent jusqu'au bord. Il leur dit : « Maintenant, puisez, et portez-en au maître du repas. » Ils lui en portèrent.

Et celui-ci goûta l'eau changée en vin. Il ne savait pas d'où venait ce vin, mais ceux qui servaient le savaient bien, eux qui avaient puisé l'eau. Alors le maître du repas appelle le marié et lui dit : « Tout le monde sert le bon vin en premier et, lorsque les gens ont bien bu, on apporte le moins bon. Mais toi, tu as gardé le bon vin jusqu'à maintenant. » Tel fut le commencement des signes que Jésus accomplit. C'était à Cana de Galilée. Il manifesta sa gloire, et ses disciples crurent en lui. *Jn 2.1-11*

■ J'aurais beau parler toutes les langues des hommes et des anges, si je n'ai pas la charité, s'il me manque l'amour, je ne suis qu'un cuivre qui résonne, une cymbale retentissante.

J'aurais beau être prophète, avoir toute la science des mystères et toute la connaissance de Dieu, j'aurais beau avoir toute la foi jusqu'à transporter les montagnes, s'il me manque l'amour, je ne suis rien.

J'aurais beau distribuer toute ma fortune aux affamés, j'aurais beau me faire brûler vif, s'il me manque l'amour, cela ne me sert à rien.

L'amour prend patience ; l'amour rend service ; l'amour ne jalouse pas ; il ne se vante pas, ne se gonfle pas d'orgueil ; il ne fait rien d'inconvenant ; il ne cherche pas son intérêt ; il ne s'empporte pas ; il n'entretient pas de rancune ; il ne se réjouit pas de ce qui est injuste, mais il trouve sa joie dans ce qui est vrai ; il supporte tout, il fait confiance en tout, il espère tout, il endure tout.

L'amour ne passera jamais. *1Co 13.1-8*

■ Soyez miséricordieux comme votre Père est miséricordieux.

Ne jugez pas, et vous ne serez pas jugés ; ne condamnez pas, et vous ne serez pas condamnés. Pardonnez, et vous serez pardonnés.

Donnez, et l'on vous donnera : c'est une mesure bien pleine, tassée, secouée, débordante, qui sera versée dans le pan de votre vêtement ; car la mesure dont vous vous servez pour les autres servira de mesure aussi pour vous. »

Il leur dit encore en parabole : « Un aveugle peut-il guider un autre aveugle ? Ne vont-ils pas tomber tous les deux dans un trou ?

Le disciple n'est pas au-dessus du maître ; mais une fois bien formé, chacun sera comme son maître. *Lc 6.36-40*

■ Le Seigneur est ma lumière et mon salut ; de qui aurais-je crainte ? * Le Seigneur est le rempart de ma vie ; devant qui tremblerais-je ?

Si des méchants s'avancent contre moi pour me déchirer, + ce sont eux, mes ennemis, mes adversaires, * qui perdent pied et succombent.

Qu'une armée se déploie devant moi, mon coeur est sans crainte ; * que la bataille s'engage contre moi, je garde confiance.

J'ai demandé une chose au Seigneur, la seule que je cherche : + habiter la maison du Seigneur tous les jours de ma vie, * pour admirer le Seigneur dans sa beauté et m'attacher à son temple.

Oui, il me réserve un lieu sûr au jour du malheur ; + il me cache au plus secret de sa tente, il m'élève sur le roc. *

Maintenant je relève la tête devant mes ennemis. J'irai célébrer dans sa tente le sacrifice d'ovation ; * je chanterai, je fêterai le Seigneur.

Écoute, Seigneur, je t'appelle ! * Pitié ! Réponds-moi !

Mon coeur m'a redit ta parole : « Cherchez ma face. » *

C'est ta face, Seigneur, que je cherche : ne me cache pas ta face. N'écarte pas ton serviteur avec

colère : * tu restes mon secours. Ne me laisse pas, ne m'abandonne pas, Dieu, mon salut ! *

Mon père et ma mère m'abandonnent ; le Seigneur me reçoit.

Enseigne-moi ton chemin, Seigneur, * conduis-moi par des routes sûres, malgré ceux qui me guettent.

Ne me livre pas à la merci de l'adversaire : * contre moi se sont levés de faux témoins qui soufflent la violence.

Mais j'en suis sûr, je verrai les bontés du Seigneur sur la terre des vivants. *

« Espère le Seigneur, sois fort et prends courage ; espère le Seigneur. » *Psaume 26*

Prières

■ Seigneur,

Tu nous as appelés à fonder ensemble un foyer.

Donne-nous la grâce de l'animer de ton Amour.

Donne-nous de nous accepter tels que nous sommes, avec nos qualités et nos défauts, de nous aider à nous transformer l'un par l'autre.

Donne-nous de demeurer en ton amour tous les jours de notre vie.

Fais que notre foyer soit brûlant d'amour pour les autres, qu'il soit réconfortant pour tous ceux qui y vivront. Que notre maison soit ouverte à tous, riches ou pauvres, qui viendront s'y asseoir et s'y réchauffer.

Apprends-nous à entrer dans ton projet, à te faire confiance, à t'offrir nos joies et nos peines, à accueillir ceux que tu nous confieras et à les conduire jusqu'à toi, à te rendre grâce de notre vie ensemble.

Seigneur,

Toi qui est l'Amour,

bénis notre amour.

■ Ô Marie, nous nous tournons vers Vous car nous avons besoin de votre Secours. Chaque jour, nous peinons à trouver le chemin pour faire grandir notre amour. C'est humblement et à genoux que nous venons vers Vous les mains vides, venez les remplir de ce dont nous avons besoin pour aujourd'hui. Notre vie ressemble à un écheveau emmêlé et nous ne savons par où commencer pour repartir du bon pied. Aussi, aidez-nous à combattre le voile de l'orgueil qui nous empêche de reconnaître les trésors d'amour et de tendresse qui sont cachés dans le cœur de notre époux(se). Lorsque vient la tentation de douter de la renaissance que Vous voulez pour notre couple, Marie, nous Vous disons que nous voulons recommencer, un pas après l'autre, dans la docilité à l'Esprit-Saint. Trop souvent, nous pensons qu'un effort de l'autre est la seule réponse aux difficultés que nous traversons. Comme un enfant qui apprend à marcher, nous nous appuyons sur Vous pour avancer à petits pas, lentement, avec confiance ; un acte d'amour succédant à un autre. Entendant Jésus nous dire qu'« il est plus facile à un chameau d'entrer dans un trou d'aiguille à coudre qu'à un riche d'entrer dans le Royaume de Dieu », nous Vous implorons : faites grandir en chacun l'esprit d'humilité, seule voie d'accès et pierre fondatrice de tout amour. Malgré notre immense misère, nous crions vers Vous avec une invincible espérance. Ô Marie qui refait les couples, Notre-Dame de l'Humilité, priez pour nous. Ainsi soit-il.

■ Seigneur,

Nous te confions notre amour
pour qu'il ne meure jamais.

Fais que sa source soit en Toi
pour que chacun de nous cherche
à aimer plus qu'à être aimé,
à donner plus qu'à recevoir.

Que les jours de joie ne nous enlissent pas
dans l'indifférence au reste du monde.

Que les jours de peine ne nous désespèrent pas
mais cimentent notre amour.

Seigneur, Toi qui es la Vie,
donne-nous de ne jamais nous refuser la vérité
mais de rester transparents l'un à l'autre.

Seigneur, Toi qui es le Chemin,
donne-nous de ne jamais alourdir la marche
mais d'avancer la main dans la main.

Seigneur, Toi qui nous as donné Marie,
Ta mère, elle qui fut toujours fidèle,
forte et tendre :
qu'elle soit la gardienne de notre famille.

Que sa fidélité, sa force, sa tendresse
nous gardent fidèles, forts et tendresse à jamais !

Amen !

Sœur Emmanuelle

■ L'amour n'est pas tout fait. Il se fait.

Il n'est pas robe ou costume prêt-à-porter,
mais pièce d'étoffe à tailler, à monter et à coudre.

Il n'est pas appartement livré clefs en main,
mais maison à concevoir, bâtir, entretenir, et souvent
réparer.

Il n'est pas sommet vaincu, mais départ de la vallée,
escalades passionnantes, chutes dangereuses dans
le froid de la nuit ou la chaleur du soleil éclatant.

Il n'est pas un solide ancrage au port du bonheur,
mais levée d'ancre et voyage en pleine mer, dans la
brise ou la tempête.

Il n'est pas *oui* triomphant, énorme point final qu'on
écrit en musique, au milieu des sourires et des
bravos, mais il est multitude de *oui* qui pointillent
la vie, parmi une multitude de *non* qu'on efface en
marchant.

Ainsi être fidèle, vois-tu, ce n'est pas :

ne pas s'égarer, ne pas se battre, ne pas tomber,
c'est toujours se relever et toujours marcher.

C'est vouloir poursuivre jusqu'au bout, le projet
ensemble préparé et librement décidé.

C'est faire confiance à l'autre au-delà des ombres
de la nuit.

C'est se soutenir mutuellement au-delà des chutes
et des blessures.

C'est avoir foi en l'amour tout-puissant,
au-delà de l'amour.

Père Michel Quoist

■ Seigneur, notre Dieu, nous te bénissons et te rendons grâce, parce que tu nous as formés à ton image et à ta ressemblance : homme et femme, tu nous as créés et tu nous invites à vivre l'un pour l'autre un amour joyeux et vivifiant.

Béni sois-tu pour le «oui» que tu nous as inspiré, pour la confiance et le pardon dont tu nous rends capables, pour ta présence qui illumine notre relation dans les bons comme les mauvais jours.

Dieu, fidèle et généreux, nous t'en prions : apprends-nous chaque jour à nous engager à nouveau, rajeunis notre amour, fortifie-nous dans la fidélité, sois avec nous dans l'heure du doute, quand ce que nous portons en nous de meilleur risque de s'affaiblir ou de s'effondrer : notre désir de vivre l'un pour l'autre et de donner la vie.

Trinité Sainte, Père, Fils et Esprit Saint, nous te prions pour les couples en difficulté, pour tous ceux qui ont du mal à se trouver l'un l'autre et à vivre en confiance.

A tous les époux, à toutes les familles, accorde, Seigneur, tes dons d'unité, de fécondité et de fidélité, ta joie pour toujours.

Amen.

Cardinal Danneels Godfried

"La pierre de fondation,
personne ne peut en poser d'autre
que celle qui s'y trouve : Jésus Christ."

1Co 3.11



www.paroissescathedraletoulouse.fr