

GUIDE PRATIQUE ET SPIRITUEL DE PRIÈRE CHRÉTIENNE

« Seigneur, enseigne-nous à prier » (Luc 11, 1)

26/07/2025

GUIDE DE PRIÈRE

(La prière selon la Bible)



Moïse-Hubert MBETO
Serviteur de l'Éternel

REMERCIEMENTS

Ce guide est né d'un cheminement intérieur, d'un appel silencieux devenu parole, et d'une soif de communion qui m'a conduit à écrire. Je rends grâce à Dieu, source de toute prière, souffle de toute inspiration, et compagnon fidèle dans les nuits comme dans les aurores.

Je remercie les femmes et les hommes de prière qui, par leur exemple discret ou leur parole ardente, ont éveillé en moi le désir de m'approcher du cœur de Dieu. À mes frères et sœurs en foi, aux communautés qui m'ont accueilli, aux amis qui ont prié avec moi ou pour moi, je vous suis profondément reconnaissant.

Un hommage particulier à ceux qui m'ont encouragé à écrire : mentors spirituels, lecteurs bienveillants, collègues engagés, et compagnons de route dans le monde humanitaire, juridique et évangélique. Vos paroles, vos silences, vos gestes ont été des semences de lumière.

Je n'oublie pas les lieux de prière – chapelles, retraites, mont Sion – où ce guide a commencé à germer. Et à tous ceux qui liront ces pages avec sincérité, je dis merci d'entrer dans ce dialogue sacré. Que ce guide soit pour vous une lampe, un souffle, un compagnonnage

AVANT-PROPOS

Dans un monde, comme le nôtre, bruyant, agité et souvent en perte de repères, la prière constitue un refuge sacré, une communion, un lien spirituel, un lieu de silence, de vérité et de rencontre intime avec Dieu, notre Père céleste. Dans l'Évangile selon Luc, il est écrit que les disciples s'approchent de Jésus avec une requête empreinte de sincérité : « *Seigneur, enseigne-nous à prier* » (Luc 11, 1). Cette demande reflète non seulement leur humilité et leur soif spirituelle, mais aussi une vérité universelle : nul ne naît "expert en prières", et tout disciple a besoin d'être guidé vers la vie de prières, la communion plus profonde et authentique avec Dieu.

À la fois pratique et spirituel, ce guide, d'une part, vise à nourrir les cœurs, éclairer les chemins de foi, et encourager une vie de prière plus profonde, vivante et ancrée dans la Parole de Dieu, et d'autre part, propose des enseignements bibliques, des conseils pratiques et des ressources concrètes pour faire de la prière une véritable arme spirituelle, un merveilleux style de vie, que l'on soit débutant ou engagé depuis longtemps dans la foi chrétienne. Le guide répond à cet appel. Il se veut à la fois pédagogique et spirituel, enraciné dans les Écritures, et attentif à la réalité quotidienne des croyants. Il ne s'agit pas d'un ensemble de recettes dogmatiques, figées, mais d'un compagnon de route, simple et inspiré, pour aider chaque lecteur à prier avec le cœur, selon l'Esprit, et à la lumière des saintes Écritures.

Que vous soyez en train de découvrir la prière ou que vous cherchiez à renouveler votre feu intérieur, cet ouvrage vous propose : des conseils pratiques, des exemples concrets, et des repères bibliques solides, pour renforcer votre vie de prière. Ce guide de prière chrétienne a été conçu comme un compagnon spirituel, utile et efficace, pour tous ceux et celles qui désirent approfondir leur relation avec Dieu, mieux comprendre le sens de la prière, et développer une vie de foi active et enracinée.

Son but est unique : fortifier l'arme spirituelle qu'est la prière, dans ce monde marqué par les luttes visibles et invisibles, réveiller l'âme du guerrier de Dieu, et réinstaller la prière au centre de notre marche quotidienne.

Que ce guide vous aide à entrer dans le sanctuaire intérieur, là où le corps, l'âme et l'esprit dialoguent avec le Créateur ; là où les fardeaux sont déposés, les chaînes se brisent, les barrières tombent et la bonté, la miséricorde et paix de Dieu qui surpasse toute intelligence répandent abondamment dans notre vie amour, bénédictions et protection.

Méditation d'ouverture : Se tenir devant Dieu

« Seigneur, enseigne-nous à prier » (Luc 11 :1)

Comme les disciples, nous venons à Toi, non avec des certitudes, mais avec un désir : celui de Te rencontrer dans la vérité.

« Approchez-vous de Dieu, et Il s'approchera de vous » (Jacques 4 :8)

Nous nous approchons, avec nos cœurs parfois dispersés, nos vies agitées, nos voix hésitantes. Mais Tu es là, fidèle, patient, attentif.

« Soyez toujours joyeux. Priez sans cesse. Rendez grâce en toutes choses » (1 Thessaloniens 5 :16-18)

Que cette lecture devienne prière. Que chaque page soit une offrande. Que Ton Esprit nous guide, nous éclaire, nous transforme.

« Car nous ne savons pas ce qu'il convient de demander dans nos prières. Mais l'Esprit lui-même intercède pour nous » (Romains 8 :26)

Nous nous abandonnons à Ton souffle. Nous Te laissons faire en nous ce que nous ne savons pas formuler.

« Mon âme a soif de Dieu, du Dieu vivant » (Psaume 42 :3)

C'est Toi que nous cherchons. C'est Toi que nous invoquons. C'est Toi que nous aimons.

Que ce guide soit un chemin vers Toi,

Une école de silence,

Une source de feu,

Une communion vivante.

SOMMAIRE

REMERCIEMENTS	2
AVANT-PROPOS.....	3
SOMMAIRE	5
INTRODUCTION	7
PARTIE I – FONDEMENTS ET SENS DE LA PRIERE	10
Chapitre 1 ^{er} : Le fondement, la nature et les objectifs de la prière ?.....	10
La base biblique de la prière	12
Les objectifs de la prière.....	12
Les bienfaits et la portée de la prière.....	13
La dimension spirituelle de la prière	13
Chapitre 2 : Connaissance de la prière	15
Pourquoi prier ?.....	15
Quand prier ?.....	17
Où prier ?.....	18
Comment prier ?	20
Quelle posture adopter pour prier ?	21
Le type de voix dans la prière.....	22
Prier selon la volonté de Dieu	23
Chapitre 3 : Les différents types de prière.....	26
L’action de grâce	26
La louange et adoration	26
La prière de confession et de repentance.....	28
Les prières de demandes et supplications	29
Prière d’intercession.....	31
La prière de combat (ou prière de guerre spirituelle).....	32
La prière de délivrance	33
La prière d’autorité.....	34
La prière de restauration :	35
La prière de foi.....	36
Prière de dédicace ou de consécration	37
Prière d’imprécation.....	38
La prière silencieuse ou contemplative.....	39
Partie II – Pratiques et chemins de prière	40
Chapitre 4 : Clés pour une prière guidée par l’Esprit	40

Les bases de la vie prière.....	40
L'oraison ou la prière personnelle.....	42
Le culte familial.....	43
Prier par l'Esprit et prier en langues.....	45
La méditation.....	46
Le jeûne et la prière.....	48
Chapitre 5 : Les obstacles à l'exaucement des prières.....	52
Le péché non confessé	52
Le manque de pardon	52
La mauvaise motivation	52
Le doute ou l'incrédulité	52
Les conflits relationnels.....	52
La négligence spirituelle	53
La distraction	53
La culpabilité.....	53
L'indifférence ou la tiédeur spirituelle	53
Chapitre 6 : L'exaucement des prières	54
Dieu répond toujours à nos prières.....	54
Quand Dieu tarde à répondre	55
Quand Dieu ne répond pas comme on l'espère.....	55
Quand Dieu semble se taire	55
Sens spirituel du silence de Dieu face à nos prières	56
Conclusion générale	58
ANNEXES.....	59
Prières bibliques :	59
Modèles de prières :.....	59
Un modèle de programme de jeûne et prière	1
Questions fréquentes sur la prière chrétienne	1
Une méthode pratique pour faire la méditation :	3
Modèle de Carnet de prière personnel.....	4

INTRODUCTION

Depuis les origines de l'humanité, l'homme, être spirituel par nature, a toujours ressenti ce besoin irrépissible de s'élever, de tendre vers la dimension surnaturelle, vers l'infini : Dieu. Comme l'exprime le psalmiste : « *Mon âme a soif de Dieu, du Dieu vivant* » (Psaume 42 :3). Confronté à l'émerveillement de la vie, aux souffrances de l'existence, à la quête de sens et aux mystères du monde, l'homme a trouvé dans la prière une réponse première et dernière. Cri du cœur, soupir d'espérance, louange silencieuse ou proclamée, la prière est une expression intime et universelle, présente dans toutes les cultures, dans tous les temps, dans toutes les circonstances.

Pour le croyant chrétien, la prière est bien plus qu'une tradition ou un geste religieux : elle est la respiration de l'âme, la relation vivante avec le Dieu trinitaire : le Père, le Fils et le Saint-Esprit. Prier, c'est reconnaître notre dépendance envers Celui qui nous a créés ; c'est poser un acte de foi, de confiance... et d'amour. C'est répondre à l'invitation divine : « *Invoque-moi, et je te répondrai* » (Jérémie 33 :3).

Les sciences humaines (anthropologie, histoire, psychologie, sociologie) s'interrogent depuis longtemps sur le phénomène religieux, mais elles n'en épuisent jamais le mystère. Car la prière touche à ce lieu secret où Dieu et l'homme se rencontrent, là où la parole humaine devient offrande, silence, ou soupir inexprimable.

L'histoire de la prière dans la Bible est une source d'inspiration profonde. Elle se déploie à travers les grandes figures de la foi. En effet, dès les premiers chapitres de la Genèse, les hommes invoquent le nom du Seigneur :

- Les Patriarches :
 - Adam parle avec Dieu, dans le jardin d'Eden (Genèse 3),
 - Abraham intercède avec audace (Genèse 18),
 - Isaac pria instamment l'Éternel au sujet de sa femme, car elle était stérile ; et l'Éternel se rendit à ses prières, et Rebecca sa femme conçut. Genèse 25 : 21
 - Moïse intercède pour le peuple (Exode 32 :11)
 - David exprime sa louange et ses détresses dans les psaumes (Psaumes 34:2).
- Les Prophètes :
 - Les prophètes prient pour la restauration d'Israël (Jérémie 30:3 - Zacharie 8:13).
 - Élie invoque le feu du ciel (1 Rois 18),
 - Jérémie pleure et intercède pour son peuple (Jérémie 9 :1).
- Les Psaumes : véritables trésors de prières, ils expriment toutes les émotions de l'âme humaine – joie, crainte, repentance, louange, confiance, etc.
- Jésus-Christ : le modèle parfait de prière. Il prie dans la solitude (Marc 1 :35), enseigne le "Notre Père" (Matthieu 6 :9-13), intercède avec larmes à Gethsémani (Luc 22 :41-44).
- Dans le Nouveau Testament, la prière devient aussi un outil d'unité dans l'Église naissante (Actes 2 :42).
- L'Église primitive : une communauté unie dans la prière (Actes 2 :42), témoin de miracles et de l'action puissante du Saint-Esprit.

L'histoire biblique nous enseigne donc que prier, c'est marcher avec Dieu tout au long de la vie, dans la joie comme dans l'épreuve. C'est le fil d'or qui relie l'humanité à son Créateur, génération après génération.

Ce besoin de communion avec le divin n'est pas propre au christianisme. Il traverse toutes les traditions religieuses du monde :

- Le christianisme (environ 2,4 milliards),
- L'islam (près de 2 milliards),
- L'hindouisme (environ 1,16 milliard),
- L'irréligion (environ 1,1 milliard de personnes se déclarant sans religion),
- Le bouddhisme (environ 507 millions),
- L'animisme (environ 430 millions),
- Le sikhisme (environ 27,7 millions),
- Le judaïsme (environ 14,7 millions).

Ces religions, bien que distinctes dans leurs croyances et pratiques, s'accordent sur un point fondamental : la prière est un acte central de notre vie spirituelle.

Les prières chrétiennes :

- Dans les Églises catholique et orthodoxes, la prière se tourne vers Dieu, vers les saints et la Vierge Marie. Les principales prières sont le *Credo* (profession de foi en un seul Dieu) et le "Notre Père". La prière journalière est la "liturgie des Heures", suivie par les congrégations monastiques, les prêtres et les diacres, et conseillée aux laïcs. Traditionnellement, les laïcs prient le matin, le midi (*Angélus*), le soir et bénissent les repas. L'utilisation d'objets de culte (crucifix, icônes, chapelets, statues, etc.) est courante. La prière s'appuie sur des liturgies précises et selon des rites particuliers (signe de croix avec la main droite, genuflexion, etc.).
- La Réforme protestante, commencée dans les années 1520, a ramené la prière à ses bases bibliques (les cinq *solas*¹). La prière est ainsi adressée à Dieu seul, au nom de Jésus. La prière est plus libre et il n'y a pas de liturgie, ou d'obligation de rite². La prière enseignée par Jésus lui-même, le "Notre Père", considéré comme un modèle et non une liturgie, est aussi récitée par les protestants en règle générale. La prière, dans les églises chrétiennes évangéliques, s'appuie essentiellement sur la Bible.

À travers le monde, la prière prend des formes variées mais garde une essence commune : celle d'une élévation intérieure, d'un dialogue sacré entre l'homme et Dieu. Si le christianisme offre une richesse de traditions et d'expressions de la prière, il n'est pas seul à explorer cette voie spirituelle.

Quel que soit le cadre religieux, la prière reste ce langage universel du cœur, cette voie silencieuse ou proclamée, par laquelle l'homme confesse son besoin de Dieu : « *Tous les peuples que tu as créés viendront se prosterner devant toi, Seigneur* » (Psaume 86 :9).

« *Seigneur, apprends-nous à prier.* ». Cette demande des disciples à Jésus résonne encore aujourd'hui dans le cœur de chaque croyant en quête de profondeur spirituelle. Prier, ce n'est pas réciter des mots, c'est entrer dans une intimité vivante avec Dieu. C'est respirer sa présence, écouter son silence, lui confier nos joies, nos peines, nos combats.

¹ Les Cinq *solas* sont cinq formules en latin qui forment les 5 piliers du protestantisme en matière de soteriologie. Autrement dit, il s'agit des 5 principes sur lesquels repose le salut de l'homme.

² Les protestants prient Dieu directement et considèrent que le Christ est l'unique médiateur entre notre Père céleste et les hommes. Il en résulte que le monde protestant ne voue aucun culte à la Vierge Marie ou aux Saints. Les prières pour les morts sont inutiles.

Ce livre est né d'un désir ardent : celui de redonner à la prière sa place centrale dans la vie chrétienne. Trop souvent reléguée à un rituel ou à une urgence, la prière est pourtant le souffle de l'âme, le lien invisible qui nous unit au Père. Elle est force dans la faiblesse, lumière dans l'obscurité, paix dans le tumulte.

À travers ces pages, je t'invite à redécouvrir la prière comme une aventure, une école de confiance, un chemin de transformation. Que tu sois débutant, découragé ou fervent, ce livre est pour toi. Il ne donne pas de recettes, mais il ouvre des portes. Il ne prétend pas tout expliquer, mais il veut t'accompagner.

Que l'Esprit Saint t'éclaire et te guide dans cette lecture. Et que ta vie de prière devienne un chant d'amour, jour après jour.

PARTIE I – FONDEMENTS ET SENS DE LA PRIERE

Avant de prier, il faut comprendre ce que signifie prier. Non comme une technique, mais comme une rencontre.

Cette première partie nous invite à poser les fondations : découvrir la nature profonde de la prière chrétienne, ses racines bibliques, et sa vocation relationnelle. Car prier, c'est entrer dans une histoire d'amour entre Dieu et l'humanité. C'est répondre à un appel, se laisser transformer, et marcher humblement avec Celui qui nous parle dans le secret du cœur.

« *Parle, Seigneur, ton serviteur écoute.* » (1 Samuel 3 :10)

Nous entrons maintenant dans le sanctuaire intérieur, là où la prière prend racine.

Que cette lecture soit offrande.

Que chaque mot soit silence habité.

Que l'Esprit nous conduise vers les profondeurs du mystère.

Dieu de la rencontre, Dieu du murmure, ouvre nos cœurs à la vérité de la prière.

Que cette première étape soit fondation, et que notre marche soit guidée par Ta lumière.

Au nom de Jésus-Christ,

Amen.

Chapitre 1^{er} : Le fondement, la nature et les objectifs de la prière ?

La prière peut être définie, de manière générale, comme un acte, codifié ou spontané, individuel ou communautaire, par lequel une personne s'adresse à Dieu ou à un être reconnu comme médiateur. Dans sa réalité chrétienne, la prière est bien plus : un dialogue vivant entre le croyant et son Créateur, une relation de cœur à cœur. Elle consiste à élever son âme vers Dieu, à lui parler, mais aussi à l'écouter, dans un esprit d'adoration, de confiance et d'amour. La prière est bien plus qu'une simple pratique ou une routine religieuse. Elle est une rencontre profonde, vivante et transformative. Sans une compréhension claire de ses fondements et objectifs, la prière peut facilement devenir une formalité ou une source de découragement face à l'absence apparente de réponses. Pourtant, la prière est avant tout un acte d'abandon, une ouverture sincère de notre cœur à Dieu. Elle nous invite à dépasser nos doutes et attentes humaines pour entrer dans une dimension spirituelle où règnent paix et communion avec notre Créateur.

La prière, une communion profonde, vivante et transformative

Dans la foi chrétienne, la prière ne se limite pas à des mots récités ou à des gestes extérieurs. Elle dépasse les formules, les chants ou la récitation du chapelet. Prier, c'est entrer en communion avec Dieu, dans une relation intime, silencieuse ou exprimée, mais toujours vivante. C'est se tenir en présence du Père céleste, avec humilité, foi et amour.

La prière est une rencontre du cœur avec Dieu, une réponse de l'homme à l'initiative divine. Elle n'est pas un simple exercice intellectuel, mais un acte d'amour, d'abandon et de confiance. La prière devient un espace intérieur où l'âme s'ouvre, écoute, s'exprime, se repent, se réjouit et se laisse transformer.

L'apôtre Paul nous exhorte à prier sans cesse (1 Thessaloniens 5 :17), non comme une contrainte, mais comme une respiration spirituelle permanente.

La prière chrétienne est nourrie par les vertus théologiques : la foi, l'espérance et la charité (1

Corinthiens 13 :13). Par la foi, nous croyons que Dieu écoute. Par l'espérance, nous attendons ses promesses. Par l'amour, nous entrons dans la communion avec son cœur. Ces vertus ne sont pas des performances, mais des dons divins à accueillir et à faire fructifier.

Nombreux sont ceux qui prient, mais peu expérimentent la profondeur de cette prière qui touche le cœur de Dieu. Pourtant, la prière n'exige ni éloquence ni perfection, mais un cœur sincère, humble et ouvert : « *L'Éternel est proche de ceux qui ont le cœur brisé, et il sauve ceux qui ont l'esprit abattu* » (Psaume 34 :18). Il est donc essentiel de redécouvrir la prière comme une source de transformation, un chemin de croissance, de guérison, et de consolation. Ce n'est pas une formalité religieuse, mais une aventure spirituelle, qui renouvelle notre esprit et aligne notre volonté sur celle de Dieu.

Le fondement et le but de la prière

La prière est omniprésente dans la Bible, du commencement à la fin, illustrant sa place centrale dans la vie du croyant :

- Adam marchait et dialoguait avec Dieu dans le jardin d'Éden (Genèse 3).
- Abraham intercédait avec audace pour Sodome (Genèse 18).
- Moïse parlait à Dieu « *comme un ami* » (Exode 33 :11).
- David composait des psaumes vibrants de louange, de confiance, mais aussi de détresse (Psaumes).
- Jésus-Christ passait des nuits entières en prière, s'ouvrant au Père (Luc 6 :12).
- Les apôtres priaient pour être fortifiés, guidés et remplis du Saint-Esprit (Actes 1 :14, 4 :31).

Le fondement supérieur de la prière se trouve dans l'amour de Dieu qui nous appelle à entrer dans une relation vivante avec Lui. Ce n'est pas un devoir contraignant, mais un privilège : « *Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos* » (Matthieu 11 :28).

Le fondement naturel de la prière est la foi : croire en un Dieu vivant, plus grand que tout ce que notre raison peut saisir. La foi, c'est se confier entièrement au Seigneur, même dans l'invisible, c'est accepter de s'abandonner entre ses mains. L'espérance est étroitement liée à la foi : elle nous invite à attendre patiemment, dans la confiance que les promesses de Dieu s'accompliront en leur temps.

La prière chrétienne trouve donc son fondement premier dans la relation d'amour que Dieu souhaite entretenir avec chacun de ses enfants.

- Dès la Genèse, Dieu crée l'homme à son image pour vivre en communion avec lui (Genèse 1 :27), et cette relation est appelée à s'épanouir par la prière.
- Jésus lui-même, au cœur de son ministère, nous montre que la prière est le lien vital avec le Père :
« *En vérité, en vérité, je vous le dis, si quelqu'un ne naît d'eau et d'Esprit, il ne peut entrer dans le royaume de Dieu.* » (Jean 3 :5) — Cette nouvelle naissance s'accompagne d'une vie de prière, dialogue constant avec Dieu.
Dans l'Évangile, Jésus enseigne la prière comme un acte d'intimité et de confiance filiale. Par la prière du "Notre Père" (Matthieu 6 :9-13), il nous invite à appeler Dieu « Père », soulignant ainsi la proximité et la tendresse de cette relation.

Le but premier de la prière n'est pas simplement d'obtenir des grâces ou des réponses, mais

d'établir et d'entretenir une relation d'amour avec Dieu. C'est d'aimer Dieu « *en esprit et en vérité* » (Jean 4 :24), de le louer, de l'écouter, de se laisser transformer par sa présence. Enfin, la prière permet à l'homme de s'ouvrir à la grâce transformatrice de Dieu, qui agit souvent silencieusement, mais puissamment, au cœur de celui qui prie. Ainsi, la prière n'est pas un simple dialogue, mais une rencontre avec la présence vivante de Dieu, qui renouvelle l'âme et fortifie l'espérance.

La base biblique de la prière

La prière chrétienne est fondée sur la Parole de Dieu. Elle est avant tout une action de grâce et un acte de communion entre l'homme et Dieu, rendue possible par le don de Jésus-Christ. C'est au Père que nous nous adressons, au nom de son Fils, dans la puissance du Saint-Esprit.

Prier c'est Chercher la volonté de Dieu. C'est aussi s'humilier, demander à Dieu de guider notre vie selon son dessein parfait (Matthieu 6 :10). La prière ouvre la voie à la purification du cœur (1 Jean 1 :9), elle est un appel à la grâce et au pardon (Confesser et se repentir). Comme Abraham pour Sodome (Genèse 18) ou Moïse pour Israël (Exode 32), prier c'est demander et intercéder, porter les besoins des autres devant Dieu. La prière c'est remercier Dieu, louer et adorer Dieu, autrement dit la reconnaissance de la grandeur et de la bonté du Seigneur (Psaume 100).

Jésus lui-même a enseigné à ses disciples comment prier et a promis :

- « *Tout ce que vous demanderez en mon nom, je le ferai, afin que le Père soit glorifié dans le Fils. Si vous demandez quelque chose en mon nom, je le ferai* » (Jean 14 :13-14).
- « *Ce que vous demanderez au Père en mon nom, il vous le donnera. Demandez, et vous recevrez, afin que votre joie soit parfaite* » (Jean 16 :23).

Ainsi, la prière chrétienne s'inscrit dans une vie de foi dynamique, portée par la confiance en Dieu et soutenue par Son Amour et une relation vivante avec Lui.

Les objectifs de la prière

La prière, en tant que dialogue avec Dieu, poursuit plusieurs objectifs essentiels dans la vie du chrétien :

- Communion avec Dieu : C'est l'objectif suprême : être en présence du Père, l'écouter, lui parler et se laisser façonner par Lui (Jean 15 :4).
- Transformation intérieure : Prier, c'est aussi permettre à Dieu de changer nos cœurs, de nous rendre plus semblables à Lui, par la grâce de l'Esprit Saint (Romains 12 :2).
- Intercession pour les autres : La prière chrétienne ne se replie pas sur elle-même. Elle est aussi un acte d'amour envers le prochain, un levier puissant pour porter les fardeaux des autres devant Dieu. « *Priez les uns pour les autres...* » — Jacques 5 :16 / (1 Timothée 2 :1).
- Discernement et direction : Dans l'incertitude, la prière ouvre l'esprit à la sagesse divine. Dieu éclaire nos choix, nous parle parfois par sa Parole, parfois dans le calme intérieur.
- Louange et adoration : Prier, c'est aussi adorer Dieu pour qui il est : fidèle, juste, bon et miséricordieux. La louange libère l'âme et recentre le cœur.
- Reconnaissance et gratitude : Le chrétien reconnaît les bénédictions reçues et rend grâce. Cela nourrit une attitude de joie et de contentement.
- Obtenir la paix intérieure : La prière est une source de paix au milieu des tempêtes de la vie (Philippines 4 :6-7).
- Renforcer la foi : À travers la prière, la confiance en Dieu grandit et les doutes s'effacent

peu à peu (Hébreux 11 :6).

- Recevoir la force et la sagesse : Dans les combats spirituels, la prière arme le chrétien et lui donne l'assurance et la sagesse nécessaire pour marcher selon la volonté de Dieu (Éphésiens 6 :18, Jacques 1 :5).

Les bienfaits et la portée de la prière

La prière permet bien plus que de formuler des demandes ; elle ouvre une véritable communion avec Dieu. Elle nous invite à :

- Entrer en relation avec Dieu, Lui exprimer notre foi et notre amour, Le louer, Le remercier, Lui confier nos joies, nos douleurs et nos besoins, et chercher Sa volonté et Sa guidance dans notre vie : « *Invoque-moi, et je te répondrai...* » (Jérémie 33 : 3)
- Adorer et remercier Dieu, comme Anne qui s'est réjouie en l'Éternel après avoir reçu un enfant : « *Mon cœur se réjouit en l'Éternel...* » (1 Samuel 2 : 1)
- Demander secours ou direction, à l'image de David qui criait à Dieu dans sa détresse : « *De ma voix je crie à l'Éternel...* » (Psaume 142 : 1-2)
- Confesser ses fautes, comme Daniel qui confessa les péchés du peuple : « *Nous avons péché...* » (Daniel 9 : 3-19)
- Intercéder pour les autres, comme Moïse intercédant pour Israël après le veau d'or : « *Pardonne leur péché...* » (Exode 32 : 11-14).

La dimension spirituelle de la prière

Pour beaucoup, la prière reste un mystère ou un exercice difficile, mais il faut savoir qu'elle est un acte spirituel accessible à tous, simple à pratiquer et profondément enrichissant.

Il existe deux types de prières : celles qui n'atteignent pas Dieu et celles qui l'atteignent. La clé n'est ni la complexité ni la perfection, mais un cœur sincère et humble qui s'approche de Dieu avec confiance.

La prière dépasse la simple récitation de mots. C'est un voyage intérieur qui nous conduit au plus profond de nous-mêmes, ouvrant l'âme à la présence éternelle de Dieu. Elle crée un pont entre le ciel et la terre, permettant d'approcher le trône de la grâce avec assurance (Hébreux 4 :16) et d'accéder à sa sagesse (Jérémie 33 :3).

De plus, la prière est une arme spirituelle puissante. Elle nous fortifie dans le combat contre les forces du mal, comme le rappelle Éphésiens 6 :18, qui nous exhorte à prier en tout temps par l'Esprit. Elle nous donne courage, discernement et persévérance.

Enfin, la prière est un moyen de transformation intérieure. En exposant nos faiblesses, doutes et peurs à la lumière de la grâce divine, elle nous renouvelle et nous conformera peu à peu à l'image du Christ (Romains 12 :2). La prière est une expérience vivante et personnelle, bien plus qu'un simple rituel. C'est une relation intime, une rencontre où l'âme s'ouvre au divin, un chemin de transformation qui nourrit la foi, fortifie l'esprit et révèle l'amour. La prière, quand elle est sincère et fidèle, nous conduit vers une communion profonde avec Dieu, source de paix et de force dans notre vie quotidienne.

Chapitre 2 : Connaissance de la prière

Pourquoi prier ?

(Relation avec Dieu, foi vivante, force dans les épreuves)

Il y a plusieurs raisons pour prier Dieu :

- Communication : La prière est un moyen d'échange et de communication avec Dieu, permettant d'instaurer son règne dans la vie de celui qui prie.
- Relation personnelle : La prière permet de parler à Dieu comme à un Père, renforçant ainsi notre lien personnel avec Lui.
- Souveraineté de Dieu : Dieu connaît nos besoins avant même que nous les exprimions, ce qui souligne l'importance de la prière dans notre relation avec Lui.
- Force spirituelle : Par la prière, nous accédons à la puissance de Dieu, ce qui nous aide à surmonter les défis et les épreuves de la vie.

La prière n'est pas une simple activité spirituelle : elle est une force vivante, capable de transformer les cœurs, les situations et même les nations. Elle relie le visible à l'invisible, le terrestre au céleste, l'humain au divin.

1. La prière transforme les vies

Combien de témoignages racontent des vies bouleversées par une prière sincère ? Des addictions brisées, des relations restaurées, des vocations révélées. La prière agit là où les mots échouent, là où les efforts humains atteignent leurs limites.

“La prière fervente du juste a une grande efficacité.” — Jacques 5 :16

Elle ne change pas seulement les circonstances : elle change celui qui prie. Elle façonne le caractère, affine la foi, et ouvre les yeux sur la volonté de Dieu.

2. La prière guérit

Dans les Évangiles, Jésus guérit par la prière, par la parole, par l'imposition des mains. Aujourd'hui encore, la prière est un canal de guérison — physique, émotionnelle, spirituelle. Elle ne remplace pas les soins médicaux, mais elle les accompagne, les soutient, les transcende.

Témoignage : Une femme, atteinte d'un cancer, raconte comment la prière quotidienne avec sa communauté lui a apporté paix, force et une guérison inattendue. Même les médecins ont reconnu un “miracle”.

3. La prière apporte la paix

Dans les moments de tourmente, la prière est un refuge. Elle ne supprime pas toujours l'épreuve, mais elle donne la paix au cœur au milieu de la tempête. Elle recentre, apaise, rassure.

“Ne vous inquiétez de rien ; mais en toute chose, faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces.” — Philippines 4 :6

4. La prière ouvre des portes

Combien de fois Dieu a agi après une prière persévérante ? Des opportunités inattendues, des rencontres providentielles, des solutions impossibles. La prière prépare le terrain pour l'intervention divine.

Exemple biblique : Pierre en prison, libéré miraculeusement pendant que l'Église priait sans relâche (Actes 12).

5. La prière unit

La prière rassemble les croyants, brise les barrières, crée des ponts entre cultures, générations et dénominations. Dans la prière, il n'y a plus ni riche ni pauvre, ni fort ni faible — seulement des enfants qui parlent à leur Père.

La prière est puissante parce qu'elle nous connecte à Celui qui est tout-puissant. Elle n'est pas un outil magique, mais une relation vivante. Elle ne garantit pas toujours des réponses immédiates, mais elle garantit toujours la présence de Dieu.

Prier, c'est entrer dans le mystère de l'amour divin, là où tout devient possible.

6. Faire de chaque tâche une offrande

Prier dans le quotidien, c'est aussi offrir ses actions à Dieu : cuisiner avec amour, travailler avec intégrité, écouter avec attention. Chaque geste peut devenir prière, si le cœur est tourné vers Dieu.

“Soit que vous mangiez, soit que vous buviez, et quoi que vous fassiez, faites tout pour la gloire de Dieu.” — 1 Corinthiens 10 :31

La prière ne doit pas être un poids, mais une source de joie. Elle ne s'ajoute pas à la vie : elle la traverse, la transforme, l'illumine. En apprenant à prier dans le quotidien, nous découvrons que Dieu n'est jamais loin — Il est là, au cœur de chaque instant.

Prière et engagement chrétien : La prière ne nous éloigne pas du monde : elle nous y plonge avec plus de clarté, de compassion et de courage. Elle est le moteur invisible de l'engagement chrétien, la source d'une action éclairée par l'amour de Dieu.

Alors, pourquoi prier ?

- Pour que Dieu soit glorifié (Mt 6 :9-10 ; 2 Th 3 :1) ;
- Pour exposer nos propres besoins spirituels et matériels (Ph 4 :6 ; Hé 4 :16 ; Mt 6 : 11-13a ; Mc 14 :38 ; Ja 1 :5) ;
- Pour se soutenir mutuellement, les uns pour les autres (Ja 5 :16 ; Ro 1 :9-10 ; Ep 6 :18 ; Jn 17) ;
- Pour soutenir et agir en faveur des serviteurs de Dieu (Ep 6 :19-20 ; Col 4 :3 ; 2 Th 3 :1) ;
- Pour renforcer les autorités (1 Ti 2 :1-2) ;
- Nous devons prier en faveur de tous les hommes (1 Ti 2 :1, 1 Ti 2 :3-4) ;

Ces éléments montrent que prier est essentiel pour établir une connexion spirituelle et recevoir du soutien dans notre vie quotidienne.

Donc, on prie pour ;

- nourrir sa relation avec Dieu : Comme toute relation, la communion avec Dieu se construit par un dialogue régulier.
- vivre une foi vivante : La prière nourrit la foi, éclaire les décisions, transforme le cœur.
- trouver force et paix dans les épreuves : Elle recentre, console et renouvelle nos forces intérieures (Ésaïe 40 :31).
- collaborer à l'œuvre de Dieu : Par l'intercession, le chrétien participe spirituellement à l'accomplissement du Royaume.

La prière nous aligne avec la volonté de Dieu. Elle ne change pas toujours les circonstances extérieures, mais transforme notre cœur. Elle nous aide à accepter, comprendre et aimer la volonté divine : « *Que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.* » — Matthieu 6 :10

Jésus nous enseigne à prier pour que notre cœur s'accorde à la volonté du Père. Dieu veut que nous participions à son œuvre : Bien que souverain, Dieu agit souvent à travers nos prières. C'est un mystère : Il nous rend partenaires de son plan. « *Priez donc le maître de la moisson d'envoyer des ouvriers.* » — Matthieu 9 :38

Même si Dieu connaît déjà nos besoins, Il veut que nous venions à Lui : « *Dieu sait ce qu'Il fera, Mais Il nous invite à prier pour cela.* »

La prière transforme notre vision : Prier ne consiste pas à forcer Dieu à agir, mais à grandir dans la foi, à apprendre à Lui faire confiance, même quand la réponse est « non » ou « pas maintenant ». Jésus lui-même a prié ainsi, avec angoisse mais confiance : « *Que ma volonté ne se fasse pas, mais la tienne.* » (Luc 22 :42).

Prier, c'est semer dans l'invisible : Nos prières sont comme des graines qui nourrissent notre foi, espérance et amour, même quand nous ne savons pas quoi dire. « *L'Esprit lui-même intercède par des soupirs inexprimables.* » (Romains 8 :26). Le Saint-Esprit de Dieu prie en nous, même dans le silence.

Quand prier ?

Prier, c'est offrir à Dieu ce que nous avons de plus précieux : notre temps. C'est lui accorder une place centrale dans notre vie quotidienne, établir une relation personnelle avec Lui, et répondre à son amour.

La Bible exhorte à prier sans cesse, c'est-à-dire à garder une disposition constante du cœur.

On peut prier :

- À toute heure, sans restriction, car Dieu est éternellement disponible : « *Priez sans cesse.* » (1 Thessaloniens 5 :17).
- En temps de joie, de détresse, de doute ou de gratitude.
- En tout temps, comme le rappelle Paul : « *Priez en tout temps par l'Esprit...* » (Éphésiens 6 :18).
- À certaines heures précises, considérées comme des moments spirituels importants. Par exemple : le matin, à midi, le soir (à 5h, 12h, 18h30, 21h, minuit et 3h00), des heures de combat spirituel.

L'exemple de Jésus. Pendant son ministère terrestre, - Jésus priait à tout moment :

- Le matin (Marc 1 :35),
- Pendant la journée (Jean 11 :41-42),
- Le soir (Matthieu 14 :22-23),
- Et même toute la nuit (Luc 6 :12).

Jésus-Christ priait aussi dans toutes les circonstances :

- - En pleine activité (Luc 5 :15-16 ; Marc 6 :31-33, 6 :46),
- - Avant des moments décisifs (Luc 3 :21-22 ; 6 :12-13 ; Jean 16 :32),
- - Après la bénédiction (Matthieu 14 :15-23),
- - Dans l'angoisse (Matthieu 26 :36-39),
- - Dans l'épreuve ultime (Luc 23 :46).

Dans les églises catholique et orthodoxe, les moines consacrent leur vie entièrement à la prière.

Prendre du temps pour prier. Même une minute dédiée à la prière est précieuse. L'essentiel est de réserver un moment spécial pour Dieu, pour vider son esprit, se concentrer sur Lui et s'ouvrir à sa présence. La vie de prière fait partie intégrante de la vie de tout croyant ayant vécu la nouvelle naissance.

Où prier ?

Dieu est avec nous tous les jours, à chaque instant.

Dans la Bible, les lieux de prière sont variés, allant de lieux spécifiques comme le temple et le tabernacle, à des lieux plus informels dans la nature ou à l'écart. La prière peut se faire dans des lieux publics comme des toits, des bords de rivière, ou même en mer, et aussi dans des lieux privés comme des chambres ou des maisons.

On peut donc prier partout : dans la nature, chez soi, dans sa chambre, au lit, à table, dans un coin spécial de prière, dans les lieux de culte (églises, mosquées, synagogues, etc.) ou même en silence dans son cœur. L'emplacement n'est pas le plus important, mais l'état de l'âme. « *Je veux que les hommes prient en tout lieu...* » (1 Timothée 2 :8).

- Dans la nature : La beauté et le calme de la nature peuvent inspirer et faciliter la communication avec Dieu.
- Dans les lieux de culte : Les églises, mosquées, synagogues, temples, et autres lieux de culte sont des espaces dédiés à la prière et à la contemplation spirituelle.
- Chez soi : Un endroit calme et isolé, comme sa chambre ou un coin tranquille, peut être un lieu de prière personnel.
- En communauté : La prière en groupe, lors de messes, de services religieux ou de groupes de prière, peut apporter un soutien et un sentiment d'unité.
- En tout lieu : En réalité, la prière peut être faite en tout lieu et en tout temps, tant que l'on se concentre sur Dieu et que l'on se connecte à lui.

Si la concentration est difficile, il est préférable de choisir un endroit calme et isolé. Jésus dit : « *Quand tu pries, entre dans ta chambre, ferme la porte...* » — Matthieu 6 :6

Voici quelques exemples tirés de la Bible :

- Lieux spécifiques :
 - Le temple et le tabernacle : Dans l'Ancien Testament, le temple à Jérusalem (et auparavant le tabernacle) était le lieu central de rencontre avec Dieu, où les sacrifices étaient offerts et la présence divine était ressentie. Anne prie dans le temple (1 Samuel 1 :13)
 - La montagne : La montagne est souvent un lieu de rencontre avec Dieu, comme le Sinaï où Moïse reçut les Dix Commandements, ou encore des montagnes où Jésus se retirait pour prier.
 - Le désert : Le désert est parfois associé à la prière et à la rencontre avec Dieu, comme le lieu où le peuple d'Israël a erré pendant 40 ans.
- Lieux plus informels :
 - La nature : Les personnes priaient dans la nature, comme Abram près des chênes de Moré.
 - Les toits : Pierre priait sur le toit de sa maison.
 - En mer : Paul a prié au bord de la mer et sur un navire.

Pendant son ministère terrestre, Jésus prie :

- En particulier (Mt 14 :23 ; Lu 5 :16) ;
- En public (Lu 11 :1-4 ; Mt 26 :26-27 ; Mt 14 :19) ;
- En divers lieux :
 - Dans une maison (Lu 24 :29-30),
 - Sur une montagne (Luc 6 :12/ 9 :28),
 - Sur la croix (Lu 23 :34, Lu 23 :46), etc.

Dieu est Omniprésent. Il est accessible partout et la prière peut donc avoir lieu en n'importe quel lieu.

En résumé, la Bible montre que la prière peut être faite en tout lieu, qu'il soit sacré ou non, formel ou informel, pourvu qu'elle soit faite avec sincérité et foi.

Ce que Jésus enseigne : Dans Jean 4 :21-24, Jésus dit à la femme samaritaine que le lieu physique importe peu : *« L'heure vient où ce ne sera ni sur cette montagne ni à Jérusalem que vous adorerez le Père... Les vrais adoreurs adoreront le Père en esprit et en vérité, car ce sont ceux-là que le Père demande. Dieu est Esprit, et il faut que ceux qui l'adorent l'adorent en esprit et en vérité. »*

Ce passage bouleverse l'idée d'un lieu sacré unique pour rencontrer Dieu.

- L'adoration devient intérieure, une relation sincère et profonde venant du cœur, au-delà des rites.
- L'accès à Dieu est universel : chacun, partout, peut adorer authentiquement.
- Jésus nous rappelle que Dieu cherche la vérité de notre cœur, pas une simple performance religieuse. Cette parole invite à vivre une foi personnelle, libre des contraintes géographiques ou formelles.

Comment cette parole peut transformer notre manière de vivre la foi ?

- Dieu n'est pas limité à un lieu : Jésus abolit la notion de lieu sacré exclusif. Plus besoin d'aller à Jérusalem ou sur une montagne spécifique pour rencontrer Dieu.
- L'adoration devient intérieure : Adorer "en esprit et en vérité" signifie une relation sincère

et profonde avec Dieu, venant du cœur, et non simplement des rites extérieurs.

- Accessibilité universelle : C’est une promesse magnifique — chacun, où qu’il soit, peut devenir un vrai adorateur.

Cette parole est radicalement inclusive. Elle nous rappelle que Dieu cherche un lien véritable. Il regarde l’intention de notre cœur, notre désir d’authenticité.

Jean 4 :21-24 nous invite à une révolution intérieure : plutôt que de focaliser notre foi sur des lieux ou des formes extérieures, Jésus nous appelle à une adoration authentique, vivante et personnelle.

Voici quelques façons concrètes dont ce passage peut transformer notre manière de vivre la foi

- **Priorité au cœur plutôt qu’au rituel**

- Le véritable culte ne dépend plus d’un temple ou d’un rite spécifique.
- Cela nous libère des obligations formelles et nous recentre sur la relation avec Dieu.

Exemple : Prier avec sincérité dans son quotidien — en marchant, en travaillant, en méditant — devient aussi précieux que la prière dans une église.

- **Foi vivante dans tous les lieux**

- Puisque Dieu est Esprit, il peut être adoré **partout** : à la maison, dans la nature, même au milieu des épreuves.
- Cela nous encourage à voir le monde comme un lieu sacré : chaque moment peut devenir prière.

Exemple : Louer Dieu en regardant un coucher de soleil ou en partageant un acte de bonté.

- **Sincérité et vérité avant tout**

- “En esprit et en vérité” signifie que Dieu cherche des adorateurs honnêtes, intègres, et ouverts.
- On n’a pas besoin de paraître parfait. L’authenticité touche plus Dieu que l’apparence religieuse.

Exemple : Venir à Dieu avec ses failles, ses doutes, ses élans sincères — c’est là que la foi devient vivante.

Comment prier ?

La prière est avant tout une rencontre intime avec Dieu, un moment où l’on s’abandonne humblement à sa présence. Elle se vit dans la foi, la sincérité et la ferveur du cœur. Jésus lui-même nous montre cet exemple d’une prière vivante et profonde, loin de l’hypocrisie ou du simple formalisme.

La Bible nous encourage à prier avec foi : « *Tout ce que vous demanderez en priant, croyez que vous l’avez reçu, et cela vous sera accordé* » (Marc 11 :24). Cette confiance ne signifie pas que Dieu exaucera toujours selon notre volonté, mais qu’il entend notre cœur et agit pour notre bien ultime.

À l'inverse, Jésus met en garde contre la prière hypocrite et superficielle : « *Quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites* » (Matthieu 6 :5). La prière authentique est un dialogue sincère, un moment où l'on se révèle pleinement devant Dieu.

Pour structurer notre prière, Jésus nous a donné un modèle parfait, le "Notre Père" (Matthieu 6 :9-13). Cette prière commence par la louange de Dieu, poursuit avec la demande de son royaume, la remise de nos besoins, le pardon, la protection contre le mal, et finit par la glorification de Dieu. Elle est un équilibre entre adoration, demande, et action de grâce.

La persévérance est un autre aspect fondamental de la prière. Jésus raconte la parabole de la veuve importune qui, par sa ténacité, obtient justice (Luc 18 :1-8). Cette histoire nous enseigne à ne jamais nous décourager, même quand les réponses tardent ou semblent absentes. « *Il faut toujours prier, et ne point se relâcher* » nous exhorte Jésus (Luc 18 :1).

La prière peut prendre mille formes, selon notre personnalité, notre vécu et notre relation à Dieu. Elle peut être un cri du cœur dans la détresse, une louange simple comme celle d'Anne qui s'émerveille après avoir reçu l'enfant tant attendu (1 Samuel 2 :1), ou une méditation silencieuse où l'on se laisse envelopper par la paix de Dieu.

Voici quelques chemins à explorer :

- Prie comme tu es, sans artifice ni prétention, en vérité devant Dieu.
- Prie comme tu vis, dans les joies comme dans les épreuves.
- Prie comme tu crois, avec la confiance d'un enfant qui se sait aimé.
- Prie comme tu aimes, en exprimant ton amour et ta gratitude.
- Prie comme tu parles à un ami, avec simplicité et familiarité.
- Prie avec ton cœur, en laissant parler tes émotions et ta sincérité.
- Prie avec la Bible, en méditant ses paroles et en les faisant tiennes.

L'apôtre Paul nous invite à prier « *en tout temps par l'Esprit* » (Éphésiens 6 :18), soulignant que la prière est un souffle de vie qui soutient toute notre existence. Même quand les mots nous manquent, l'Esprit intercède en nous « *par des soupirs inexprimables* » (Romains 8 :26).

Au final, prier, c'est offrir à Dieu notre présence, notre confiance et notre abandon. C'est une relation vivante, où l'on grandit dans la foi et la compréhension, où Dieu transforme notre cœur, renouvelle notre esprit, et nous fait participer à son œuvre d'amour.

Quelle posture adopter pour prier ?

La Bible nous montre que la posture physique dans la prière est souvent le reflet de ce que notre cœur exprime : humilité, adoration, supplication ou respect. Il n'y a pas une seule "bonne" position, mais plusieurs façons inspirantes qui témoignent de notre relation à Dieu.

- À genoux : C'est une posture symbolique d'humilité et de soumission.
 - Daniel, fidèle et persévérant, se mettait à genoux trois fois par jour pour prier (Daniel 6 :10).
 - L'apôtre Pierre s'agenouille avant de ressusciter Tabitha (Actes 9 :40). Paul, quant à lui, déclare : « *Je fléchis les genoux devant le Père* » (Éphésiens 3 :14), exprimant ainsi sa dépendance et son respect profond.

- Les mains levées sont un geste d’adoration et d’ouverture.
 - L’apôtre Paul exhorte à prier en élevant des mains pures (1 Timothée 2 :8).
 - Le psaume 141 :2 compare la prière à l’encens et l’élévation des mains à une offrande précieuse. Cette posture, dite de l’orant, symbolise notre désir de recevoir la grâce et de nous ouvrir à Dieu. C’est un geste ancien, encore visible dans les liturgies où les bras s’élèvent au ciel.
- La prosternation : Dans les moments de grande détresse ou de profonde soumission, la Bible évoque la prosternation, face contre terre.
 - Jésus, dans son angoisse à Gethsémani, « *se jeta sur sa face et pria* » (Matthieu 26 :39).
 - Josué aussi se prosterne devant l’arche de l’Éternel (Josué 7 :6), témoignant d’une révérence intense et d’un abandon total à Dieu.
- La position debout exprime respect et vigilance.
 - Jésus rappelle : « *Lorsque vous êtes debout faisant votre prière, pardonnez* » (Marc 11 :25), soulignant l’importance de la disponibilité du cœur.
- La position assise : Parfois, la prière jaillit dans la douleur ou la méditation, et l’on peut prier assis, comme Néhémie qui, bouleversé, s’assied pour pleurer et prier plusieurs jours (Néhémie 1 :4).
- La position allongée : En pleine nuit, quand le cœur médite silencieusement sur Dieu : « *Je pense à toi sur mon lit* » (Psaume 63 :6).

Au-delà des postures, ce qui importe le plus, c’est la posture du cœur. Dans le christianisme, Dieu ne regarde pas la forme extérieure, mais la sincérité, l’humilité et la foi. La position physique peut aider à exprimer notre état intérieur, mais elle n’est jamais une condition pour être exaucé. La prière véritable est celle qui jaillit d’un cœur tourné vers Dieu, en vérité et en amour.

Le type de voix dans la prière

La prière se fait avec bien plus que des mots : elle s’exprime aussi par le ton, le volume, et le cœur qui parle. La Bible nous montre que Dieu accueille toutes les formes de voix, car chacune traduit une réalité profonde de notre âme.

Le cri : Parfois, la prière est un cri ardent, un appel urgent dans la détresse. Le psalmiste dit : « *Dans ma détresse, j’ai invoqué l’Éternel, j’ai crié à mon Dieu* » (Psaume 18 :7). De même, Jonas, du fond du séjour des morts, a crié et Dieu a entendu (Jonas 2 :3). Dieu se révèle proche des cris de son peuple opprimé, comme il l’a fait pour les Israélites en Égypte (Exode 3 :7). Le cri est la prière des cœurs brisés, la voix de l’urgence et de l’espoir.

La prière à voix basse : D’autres fois, la prière est plus calme, presque intime. Anne, dans sa douleur silencieuse, priait en remuant les lèvres, mais sa voix était inaudible (1 Samuel 1 :13). Jésus lui-même priait à voix basse, et ses disciples l’écoutaient avec attention (Luc 11 :1). Cette voix modérée reflète la paix intérieure, la confiance tranquille dans la présence de Dieu.

Le murmure et le soupir : La prière peut aussi être un murmure, doux et discret, comme un souffle fragile. Le psalmiste demande : « *Éternel, écoute mes paroles, considère mes soupirs* » (Psaume 5 :1-2). Isaïe évoque la voix qui vient « *de la terre comme un murmure* » (Isaïe 29 :4).

Le murmure est le langage des cœurs recueillis, respectueux, parfois chargés de douleur contenue. Dieu entend ce que les oreilles humaines ne perçoivent pas.

La prière silencieuse : Il y a enfin la prière silencieuse, celle qui se fait dans le secret du cœur.

- Eliezer, serviteur d'Abraham, pria intérieurement sans prononcer un mot (Genèse 24 :45).
- Le psalmiste invite : « *Parlez en vos cœurs sur votre couche, puis taisez-vous* » (Psaume 4 :5).

Même lorsque les mots nous manquent totalement, l'Esprit Saint intervient. « *L'Esprit lui-même intercède par des soupirs inexprimables* » (Romains 8 :26). Cette prière silencieuse, mystérieuse et profonde, unit notre âme à Dieu au-delà de toute parole. Dieu lit les pensées et les intentions les plus profondes, bien au-delà des sons audibles. Ce que tout cela nous enseigne, c'est que Dieu n'est pas limité par le volume, ni par la forme de notre voix. Il accueille le cri de la détresse, le murmure de la foi, le silence du cœur et le soupir de l'âme. Ce qui compte, c'est la vérité, la sincérité, et la profondeur avec laquelle nous nous tournons vers Lui. Alors, peu importe la manière dont vous priez, priez toujours, en tout temps et en tout lieu, avec confiance, car Dieu écoute et répond à chaque prière (Éphésiens 6 :18 ; 1 Timothée 2 :8).

Prier selon la volonté de Dieu

Prier selon la volonté de Dieu, c'est bien plus que formuler une liste de demandes : c'est inviter notre cœur à s'aligner sur le cœur même de Dieu. C'est accepter que nos désirs personnels soient transformés et purifiés par la sagesse infinie de notre Père céleste.

La Bible nous enseigne que Dieu ne répond pas toujours à nos prières selon notre propre volonté, mais toujours selon la sienne, qui est parfaite, bonne et bienveillante. Prier selon sa volonté, c'est donc chercher à comprendre ce que Dieu veut, et à Lui faire confiance même quand sa réponse est différente de ce que nous espérons.

Dans le livre de Genèse (Chapitre 22), Abraham prépare le sacrifice de son fils Isaac (Genèse 22). Dieu n'a jamais demandé la mort d'Isaac. Abraham finit par comprendre, à la dernière minute, que c'était lui, Abraham, qui n'avait pas bien perçu la volonté divine : Dieu, il ne lui a pas demandé de « sacrifier » son fils mais de « l'élever » (c'est le même verbe en hébreu).

Qu'est-ce que cela signifie concrètement ?

- Rechercher d'abord la volonté divine

Avant de présenter nos requêtes, il est essentiel de passer du temps dans la prière, la lecture des Écritures et le silence, pour écouter Dieu. Comme Jésus l'a enseigné dans le "Notre Père" : « *Que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel* » (Matthieu 6 :10). Dans le jardin de Gethsémani, Jésus, face à l'angoisse, prie : « *Que ta volonté soit faite, non la mienne* » (Luc 22 :42). Il nous donne l'exemple parfait d'une prière soumise et confiante.

- Soumettre nos désirs à Dieu

Ce n'est pas facile d'abandonner nos propres projets, surtout quand nous avons prié longtemps pour eux. Pourtant, la Bible nous invite à confier nos voies à l'Éternel : « *Remets ton sort à l'Éternel, et il agira* » (Psaume 37 :5). Paul, en prison, a prié pour être délivré, mais il a accepté que Dieu ait un autre plan : « *Ma grâce te suffit, car ma puissance s'accomplit dans la faiblesse* » (2 Corinthiens 12 :9).

- Faire confiance à Dieu, même dans le silence ou la réponse négative

Il arrive que Dieu garde le silence ou dise non, mais cela n'enlève rien à sa fidélité. Comme Job, qui dans la souffrance a dit : « *L'Éternel a donné, l'Éternel a repris ; que le nom de l'Éternel soit béni* » (Job 1 :21). Prier selon la volonté de Dieu, c'est aussi apprendre à accepter avec foi, en sachant que « *toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu* » (Romains 8 :28).

- La promesse de Dieu

La Bible nous rassure : « *Nous avons auprès de lui cette assurance, que si nous demandons quelque chose selon sa volonté, il nous écoute* » (1 Jean 5 :14). C'est une invitation à persévérer, avec confiance et humilité, en sachant que Dieu entend et répond toujours, même quand ses plans nous dépassent.

Exemples bibliques puissants :

Personnage	Référence	Leçon spirituelle
Jésus	Matthieu 26:39	“ <i>Non pas ce que je veux, mais ce que tu veux.</i> ” — Soumission parfaite à Dieu.
Paul	Romains 1:10	Il prie pour aller à Rome, mais selon la volonté de Dieu.
David	Psaume 143:10	“ <i>Enseigne-moi à faire ta volonté.</i> ” — Prière de guidance et d'obéissance.
Église primitive	Actes 4:29	Ils prient pour le courage de témoigner, non pour fuir la persécution.
Jonas	Jonas 2:3	Il crie à Dieu dans la détresse, mais accepte le plan divin.

Comment discerner la volonté de Dieu en prière ?

Discerner la volonté de Dieu dans notre vie, et en particulier dans notre prière, est une démarche essentielle pour marcher en accord avec Lui. Mais ce discernement ne vient pas toujours facilement : il demande un cœur humble, attentif, et une relation profonde avec Dieu.

Avant de s'engager, il faut écouter. La prière nous aide à discerner notre appel, nos dons, notre place dans le corps du Christ. Elle éclaire les décisions, oriente les choix, révèle les priorités. Un chrétien engagé est d'abord un chrétien à l'écoute.

“*Si quelqu'un manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu.*” — Jacques 1 :5

Voici quelques principes bibliques qui peuvent nous guider pour prier selon la volonté de Dieu :

- Demander la sagesse

La Bible nous invite à demander à Dieu la sagesse nécessaire pour comprendre ses plans : « *Si quelqu'un manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu, qui donne à tous libéralement et sans reproche, et elle lui sera donnée* » (Jacques 1 :5). La prière devient alors un lieu où l'on cherche à voir avec les yeux de Dieu, pas seulement avec nos désirs humains.

- Prier avec foi et confiance

Jésus nous encourage à croire que notre prière est déjà exaucée, en nous plaçant dans une posture de confiance totale : « *Tout ce que vous demanderez en priant, croyez que vous l'avez reçu, et vous le verrez s'accomplir* » (Marc 11 :24). Cette foi nous ouvre à recevoir la paix de Dieu, même avant de voir la réponse concrète.

– Prier avec un cœur pur et sincère

Le psalmiste rappelle que Dieu regarde au-delà des mots : « *Si j'avais conçu l'iniquité dans mon cœur, le Seigneur ne m'aurait pas exaucé* » (Psaume 66 :18). Il s'agit d'un appel à la repentance et à la transparence devant Dieu, car un cœur pur est sensible à sa voix.

– Prier avec un esprit de pardon

Jésus lie le pardon à l'efficacité de notre prière : « *Pardonnez, afin que votre Père vous pardonne aussi vos offenses* » (Marc 11 :25). Le pardon libère le cœur et nous place dans une communion réelle avec Dieu.

– Prier avec reconnaissance

L'apôtre Paul nous exhorte à remercier Dieu en toutes circonstances, car c'est là aussi sa volonté : « *Rendez grâces en toutes choses, car c'est la volonté de Dieu en Jésus-Christ pour vous* » (1 Thessaloniens 5 :18). La gratitude nous ouvre les yeux sur la présence constante de Dieu, même dans les épreuves.

– Prier avec persévérance

Enfin, Jésus enseigne l'importance de la persévérance dans la prière : « *Il faut toujours prier et ne pas se relâcher* » (Luc 18 :1).

Le discernement demande du temps et de la constance, il est un cheminement, pas une immédiateté.

En résumé, discerner la volonté de Dieu, c'est ouvrir son cœur à sa sagesse, prier avec foi et sincérité, vivre le pardon et la gratitude, et persévérer dans la prière, même quand la réponse semble tarder. Le Saint-Esprit nous guide dans ce chemin intérieur, transformant peu à peu notre désir pour qu'il devienne un désir en harmonie avec celui de notre Père céleste.

Chapitre 3 : Les différents types de prière

La prière nous met en contact direct avec Dieu, nous permettant d'échanger avec lui sur divers sujets. La prière implique : Parler, louer, confesser, requérir, intercéder, adorer, rendre grâce et écouter. La Bible présente divers types de prières (Ph 4 : 6b ; 1 Ti 2 :1) : L'action de grâce, la Louange et l'adoration, La prière de confession, etc. Mais un type de prière n'est pas plus important qu'un autre.

L'action de grâce

La prière qui remercie Dieu est appelée une action de grâce. Remercier Dieu, c'est aussi réaliser tous ses bienfaits, ses merveilles et les accepter. C'est exprimer une vraie gratitude envers ce qui nous entoure, et nous autoriser à nous émerveiller de tout. Il existe de nombreuses prières d'action de grâce, mais également de très beaux psaumes.

La prière d'action de grâce ne demande rien, elle célèbre ce que Dieu a déjà accompli. C'est une prière qui transforme le cœur, car elle nous fait contempler la bonté divine avec reconnaissance.

Entrez dans ses portes avec des actions de grâce, Et dans ses parvis avec des louanges. Soyez reconnaissants envers lui, et bénissez son nom. – Psaume 100 :4

Remercier Dieu est un moyen puissant d'entrer dans sa présence. Cela nous rappelle la bonté de Dieu et garde notre cœur doux devant Lui. C'est incroyable comme les choses se soulèvent de vous lorsque vous vous concentrez sur le Seigneur et non sur vous-même !

Voici quelques versets puissants qui illustrent cette forme de prière :

- Éphésiens 5 :20 « *Rendez continuellement grâces pour toutes choses à Dieu le Père, au nom de notre Seigneur Jésus-Christ.* »
- Philippiens 4 :6 « *Ne vous inquiétez de rien ; mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces.* »
- Psaume 103 :1-2 « *Mon âme, bénis l'Éternel ! Que tout ce qui est en moi bénisse son saint nom ! Mon âme, bénis l'Éternel, et n'oublie aucun de ses bienfaits !* »

La prière d'action de grâce est une expression de joie et de gratitude envers Dieu pour ses innombrables dons et bénédictions. Si dans la louange, nous célébrons la grandeur, la beauté et la bonté de Dieu, reconnaissant sa présence vivante et vivifiante dans nos vies et dans le monde qui nous entoure, dans l'action de grâce, nous répondons avec gratitude aux œuvres de Dieu, des plus petites aux plus grandes, sachant que chaque bien que nous recevons est un signe de son infinie bonté.

La louange et adoration

Louange et adoration sont le double battement du cœur du croyant qui reconnaît la grandeur de Dieu. Si l'action de grâce remercie Dieu pour ce qu'il fait, la louange célèbre ce qu'il a fait, et l'adoration s'incline devant ce qu'Il est.

L'adoration

L'adoration est un acte de culte et aussi un sentiment d'amour et de vénération très profond. Un

acte d'humilité et de révérence devant la grandeur de Dieu C'est l'action de rendre un culte ou hommage à Dieu, et aussi le culte même rendu à Dieu. Dans l'adoration, nous reconnaissons la souveraineté de Dieu et notre dépendance totale à son égard.

L'adoration peut prendre la forme de prières, de chants, de rituels, etc.

Cette forme de prière nous ouvre à un sentiment plus profond d'émerveillement et de crainte face à la Toute-Puissance et à la Bonté de Dieu, renforçant notre foi et notre confiance en Lui. Il se distingue par le fait qu'il s'agit d'un acte de reconnaissance de la majesté de Dieu, non seulement en tant que Créateur, mais aussi en tant que Source vivante d'amour et de miséricorde infinis. Dans l'adoration, le chrétien est appelé à se montrer à Dieu avec un cœur pur et humble, en reconnaissant ses propres limites face à l'immensité divine.

Ce type de prière ne nécessite pas de demandes ou de supplications, mais est une pure expression de l'âme qui se tourne vers Dieu dans la gratitude et la révérence, comme devant le Mystère incréé.

La louange dans la Bible

Louer³ Dieu, c'est déclarer Dieu digne d'admiration ou de très grande estime. L'exalter. Le concept de l'adoration a eu des accents différents au sein de l'histoire du salut. Ces différences sont particulièrement saillantes entre l'Ancien et le Nouveau Testament.

Au travers des époques, les Juifs ont eu un niveau de révélation différent sur l'adoration. Cela est principalement dû à la très grande diversité de lieux, d'époques, de systèmes politiques et de contextes dans lesquels se sont trouvés les adorateurs du Dieu d'Israël au temps de l'Ancienne Alliance.

Dans l'Ancienne Alliance, la louange était vécue sous la forme d'actes externes, régulés de façon méticuleuse. Cela n'est pas à dire, cependant, que c'était l'acte en lui-même qui glorifiait Dieu. Celui-ci servait d'interface au travers de laquelle Dieu était glorifié. L'important était l'attitude de cœur de l'adorateur. Les formes utilisées dans l'Ancien Testament avaient un sens de par le fait qu'elles reflétaient, par symbolisme, la valeur de Dieu. Ce n'était pas le fait même d'accomplissement du rite qui était important, mais ce que le rite disait. L'adorateur exerçant le rite devait donc avoir une certaine attitude de cœur pour pouvoir prétendre accomplir le rite, et proclamer, par cela même, ce que disait le rituel par symbolisme. L'Ancien Testament comporte un livre, les Psaumes, qui est un recueil de chants de louange et d'adoration.

C'est dans le Nouveau Testament que la louange trouve son accomplissement, car c'est là où la révélation de Dieu concernant la louange prend son sens le plus complet. La louange de Dieu dans le Nouveau Testament n'est plus assignée à un lieu ou à un certain moment, ni à un rituel particulier. L'adorateur doit être quelqu'un qui loue Dieu en esprit et en vérité. En conséquence : La liberté apportée par la mort et la résurrection du Christ, introduisant le début de la Nouvelle Alliance, a permis que la louange puisse se vivre au travers de formes aussi diverses que variées. Il n'y a plus, dans le Nouveau Testament, de règles concernant la pratique de l'adoration, et ceci permet à des gens de toutes langues, de toutes nations et de toutes cultures de pouvoir prendre part au culte de Dieu, les obstacles culturels formés par les rituels du judaïsme n'étant

³ La louange est le fait de rendre hommage à Dieu. Elle se pratique de diverses manières, selon les religions ou les coutumes de l'adorateur. Il peut s'agir d'offrandes, de chants ou de danses ; l'adorateur le fait dans un acte de reconnaissance à Dieu.

plus normatifs. La louange « *en esprit et en vérité* », n'étant plus basée autour du rituel, devient une affaire du quotidien, de chaque instant. On n'offre plus de sacrifices, mais plutôt son être tout entier à Dieu.

Dans la première lettre aux Corinthiens, l'apôtre Paul encourage également les croyants à « *chanter à Dieu* » durant leurs rencontres. Ainsi, le mot louange est aussi associé à un style de musique et de prière qui décrit les chants utilisés pour louer et adorer Dieu dans différentes églises chrétiennes.

La prière de louange est l'une des formes de la prière chrétienne qui met l'accent sur la relation d'amour et de proximité entre Dieu et l'homme. En effet, si lors des réunions, le message est pour les hommes ; la louange est pour Dieu.

Malgré un lien étroit essentielle entre l'adoration et la louange, il y'a une légère distinction à faire⁴ :

La louange est l'expression joyeuse et reconnaissante de ce que Dieu a fait ou fait encore dans nos vies. Elle se manifeste souvent par des chants, des proclamations, des témoignages. La louange met l'accent sur les œuvres de Dieu – Ses miracles, Sa bonté, Sa fidélité.
Exemples : Le peuple d'Israël dansant après la traversée de la mer Rouge (Exode 15).

L'adoration est plus intime, profonde. Elle naît d'un cœur émerveillé par qui est Dieu : saint, juste, amour, éternel. Ce n'est plus seulement un remerciement, mais un abandon. L'adoration met l'accent sur la personne de Dieu, sa nature, sa sainteté.

Exemples bibliques : « *Adorez l'Éternel dans la splendeur de sa sainteté* » (Psaume 29 :2)
Les 24 anciens se prosternant devant le trône (Apocalypse 4 :10)

La louange et l'adoration sont essentielles et peuvent se mêler dans une même prière ou un même moment. L'un entraînant souvent l'autre.

Le chant des psaumes a également une place à part dans le chemin spirituel protestant. Praticué dans le cadre familial, il est également une composante importante du culte communautaire des paroisses protestantes.

La prière de confession et de repentance

La prière de confession et de repentance⁵ est un acte spirituel puissant par lequel on reconnaît ses fautes devant Dieu, on demande pardon, et on s'engage à se détourner du péché pour marcher dans la lumière.

Il arrive souvent que nous nous présentions devant Dieu en prière et que le Saint-Esprit nous convainque de quelque chose que nous avons fait ou dit. Et d'autres fois, vous savez que vous

⁴ Distinction entre prière et adoration/ entre louange et adoration : La louange est une adoration. Elle va avec la prière, tout comme le jeûne, ou la louange. Quand dans l'église, on chante, on tape dans les mains, ou même qu'on danse, ce n'est pas de la prière. Ce sont des actes de louange et d'adoration. La distinction entre la louange et l'adoration est le fait que l'adoration est forcément adressée à une divinité, bien que, dans l'usage courant, il soit possible d'utiliser le terme d'adoration pour exprimer une forte passion pour quelqu'un ou pour quelque chose, sans que la religion n'entre en compte.

⁵ La repentance n'est pas seulement un regret, c'est un changement de direction. C'est le cœur qui revient à Dieu, comme le fils prodigue dans l'évangile de Luc 15.

devez vous présenter devant Dieu et vous repentir. Ce serait une prière de confession et de repentance.

Si nous confessons nos péchés, Il est fidèle et juste pour nous les pardonner et nous purifier de toute iniquité. – 1 Jean 1 :9

Cette sorte prière consiste à reconnaître et à avouer ses transgressions, puis à les délaissier, pour ne plus jamais les recommencer. (1Jn 1 :9 ; Prov 28 :13).

Pour qu'une confession soit exaucée, il faut que d'abord pardonner à ceux qui nous ont offensés (Mat 6 :12). Le manque de pardon est un obstacle à notre prière.

« Pardonne-nous nos offenses, comme nous aussi nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés » (Mat 6 :12).

Les prières de demandes et supplications⁶

La prière de requête, c'est présenter à Dieu nos besoins personnels qu'ils soient d'ordre matériel, spirituel, social, professionnel, matrimonial, etc.

La prière de supplication reflète notre vulnérabilité humaine et notre besoin d'aide : avec ce type de prière, nous présentons à Dieu nos besoins personnels, nos désirs les plus profonds et nos préoccupations les plus urgentes. Nous encourage à présenter nos demandes à Dieu avec confiance et persévérance, en nous rappelant qu'il est toujours prêt à écouter notre cœur. La supplication devient donc un moment de communion intime avec Dieu, où notre vulnérabilité rencontre sa miséricorde et son amour infinis : à travers elle, nous apprenons à faire plus confiance à Dieu, en Lui confiant toute notre vie, nos soucis, nos espérances et nos désirs.

Les prières de supplication sont des demandes insistantes à Dieu, dans des moments de détresse, d'anxiété, de désespoir et sentiment d'abandon, de besoin profond ou de recherche de la guidance de Dieu.

Les termes hébreux et grecs le plus souvent traduits pas « supplication » dans la Bible signifient littéralement « requête » ou « demande ». Une prière de supplication implique donc de demander quelque chose à Dieu. Contrairement à la prière d'intercession, qui implique de prier pour les autres, la prière de supplication concerne généralement nos propres besoins.

C'est généralement en référence à notre besoin personnel. Une prière de supplication dans la Bible est une prière fervente et humble, souvent accompagnée d'une demande insistante à Dieu. Elle se caractérise par une soumission à la volonté divine, tout en exprimant un besoin profond et sincère.

« Ne soyez inquiets pour rien, mais en toute chose, par la prière et la supplication, avec des actions de grâces, faites connaître vos demandes à Dieu » – Philippiens 4 :6

La Bible contient de nombreux exemples de prières de supplication, notamment dans les Psaumes, dans lesquels David demande à Dieu d'avoir pitié de lui (Psaume 4.1), de le guider

⁶ Les requêtes = demandes générales formulées par celui qui est dans le besoin. Les supplications (englobant les intercessions) = prières instantes et persévérantes pour un sujet particulier.

(Psaume 5.8), de le délivrer (Psaume 6.4), de le sauver de la persécution (Psaume 7.1), etc.

Le chrétien doit faire part à Dieu de tous ses besoins personnels (Phil 4 :6) et présenter tous les domaines de sa vie au Seigneur. Nous devons faire part de nos besoins personnels à Dieu, parce qu'Il :

- est notre Père et notre créateur, Deut 32 :6 ;
- est notre Berger, Ps 23 :1 ;
- prend plaisir à nous faire du bien, Jér 32 :41 ;
- nous promet le bien, Jér 32 :42 ;
- prend soin de nous, Ez 34 :11 ;
- nous protège, délivre et nous épargne, Es 31 :5 ;
- nous exauce toujours, Ps 37 :5 ; Prov 16 :3.

Toute demande doit être faite avec insistance et persévérance jusqu'à l'exaucement, (Col 4 :2 ; Luc 18 :1). Nous devons importuner chaque jour le Maître pour qu'il nous exauce.

« *Donne-nous aujourd'hui notre pain quotidien* » (Mat 6 :11).

Dans le Nouveau Testament, Jésus-Christ nous exhorte en :

- Matthieu 6.11 à prier pour nos besoins quotidiens. Cette prière est un exemple de prière de supplication.
- En Luc 18.1-8, il nous enseigne aussi de prier avec persévérance pour ce dont nous avons besoin.
- L'Épître de Jacques rétablit un certain équilibre : d'une part, nous ne recevons pas parce que nous ne demandons pas (Jacques 4.2), d'autre part, nous demandons et ne recevons pas parce que nous ne pensons qu'à satisfaire nos désirs charnels (Jacques 4.3). Le mieux est d'adresser nos supplications à Dieu en toute sincérité, comme des enfants à leur père, mais en concluant sur : « *Toutefois, non pas ce que je veux, mais ce que tu veux* » (Matthieu 26.39) afin d'exprimer notre soumission à sa volonté.
- Après avoir exhorté les Éphésiens à se revêtir de « *toutes les armes de Dieu* » (Éphésiens 6.13-17), l'Apôtre Paul les (et nous) appelle à rester éveillés et à prier par l'Esprit, « *en priant pour tous les saints* » (Éphésiens 6.18). La prière de supplication fait clairement partie du combat spirituel dans lequel tous les chrétiens sont engagés.
- Paul exhorte aussi les croyants de Philippiques à renoncer à leurs inquiétudes et à persévérer dans la prière, surtout les prières d'action de grâces et de supplication, car ainsi, « *la paix de Dieu, qui dépasse tout ce que l'on peut comprendre, gardera [leur] cœur et [leurs] pensées en Jésus-Christ* » (Philippiques 4.6-7).

On découvre ici un autre aspect crucial de la prière de supplication : l'importance de la foi en le Seigneur Jésus-Christ. Ceux qui appartiennent à Christ ont le Saint-Esprit qui intercède pour eux. Quand souvent nous ne savons pas quoi demander à Dieu, l'Esprit intercède pour nous. Quand nous sommes dépassés par les épreuves et les préoccupations de la vie, il vient soutenir nos prières de supplication comme il nous soutient devant le trône de grâce (Romains 8.26).

Voici quelques exemples de prières de supplication dans la Bible :

- Psaume 13 : Le psalmiste exprime son désespoir et son sentiment d'abandon, tout en suppliant Dieu de ne pas l'oublier. "*Jusques à quand, ô Éternel ! m'oublieras-tu sans cesse ? Jusques à quand me cacheras-tu ta face ?*"
- Philippiques 4 :6 : "*Ne vous inquiétez de rien ; mais en toute chose faites connaître à Dieu vos besoins par des prières et des supplications, avec des actions de grâces.*" Cette écriture encourage à remplacer l'anxiété par la prière et la supplication, en exprimant ses besoins à

Dieu avec reconnaissance.

- 1 Timothée 2 :1 : "*J'exhorte donc, avant toutes choses, à faire des prières, des supplications, des requêtes, des actions de grâces, pour tous les hommes.*" Cette écriture met l'accent sur l'importance de prier pour tous, en utilisant la supplication comme moyen d'exprimer des besoins spécifiques.

En résumé, la prière de supplication dans la Bible est une forme de prière caractérisée par l'humilité, l'insistance et la foi, où l'on exprime à Dieu ses besoins, tout en se soumettant à sa volonté.

Quelques points clés à retenir sur la prière de supplication :

- Expression des besoins profonds : Elle permet d'exprimer des besoins sincères et profonds, qu'ils soient personnels ou pour les autres.
- Insistance et humilité : Elle se distingue par une demande instante, mais toujours dans un esprit d'humilité devant Dieu.
- Soumission à la volonté divine : Il est important de se rappeler que la supplication ne signifie pas imposer sa volonté à Dieu, mais plutôt de Lui présenter ses besoins dans un esprit de soumission.
- Confiance en Dieu : La prière de supplication est fondée sur la foi que Dieu entend et répondra selon sa sagesse et sa volonté.
- Action de grâces : Il est important d'accompagner la supplication d'actions de grâces, reconnaissant que Dieu est digne de confiance et de louange.

Prière d'intercession⁷

La prière d'intercession est la prière qui exprime le mieux la communion des saints : elle nous permet de prier pour les besoins des autres, en faisant preuve de solidarité, de compréhension et de compassion. L'intercession vient du mot intercéder. Il signifie intervenir en faveur de quelqu'un. Il est bien de souligner l'importance de cette forme de prière comme acte d'amour et de solidarité chrétienne, qui nous unit aux autres et nous rend participants à la souffrance et à l'espérance du prochain. La prière d'intercession est un puissant instrument de communion, à travers lequel nous pouvons porter devant Dieu les besoins du monde et les besoins de nos frères et sœurs.

« J'ai donc cherché parmi eux un homme qui fasse une muraille et se tienne à la brèche devant Moi en faveur du pays, afin que Je ne le détruise pas ; mais je n'ai trouvé personne ». – Ézéchiel 22 :30

Dans le passage ci-dessus, Dieu cherche quelqu'un pour se tenir dans la brèche et intercéder. Malheureusement, Dieu n'a trouvé personne. Il est facile de prier pour nous-mêmes et nos besoins, mais nous devrions aussi passer du temps à prier pour les autres et les situations extérieures à nous-mêmes.

Paul, nous encourage : *« C'est pourquoi j'exhorte avant tout à faire des supplications, des prières, des intercessions et des actions de grâces pour tous les hommes »*. 1 Timothée 2 :1

⁷ Intercéder (définition) : Intervenir, user de son influence (en faveur de qqn) - Intercéder en faveur de qqn, pour qqn. pour lui obtenir quelque chose de favorable ou le garantir d'un mal. S'entremettre. Parler pour, plaider pour. Défendre.

L'intercession est une forme puissante de prière. Elle nous sort de nous-mêmes pour porter les besoins des autres devant Dieu : malades, opprimés, dirigeants, familles, nations. C'est un acte d'amour et de solidarité spirituelle.

“Je vous exhorte donc, avant tout, à faire des prières, des supplications, des requêtes, des actions de grâces, pour tous les hommes.” — 1 Timothée 2 :1

Prier pour les autres, c'est croire que Dieu agit même là où nous ne pouvons pas aller.

Dans un monde marqué par l'injustice, les conflits et les souffrances, la prière devient un cri prophétique. Elle ne remplace pas l'action, mais elle la précède et l'accompagne. Elle nous rend sensibles à la douleur des autres et nous pousse à agir avec discernement.

Exemple : Des communautés chrétiennes qui prient chaque semaine pour la paix en République Centrafricaine, tout en s'engageant dans des projets de réconciliation et de développement.

La prière de combat (ou prière de guerre spirituelle).

La prière de combat est un type de prière fervente et déterminée, souvent employée face à des situations d'oppression spirituelle, de tentation, de lutte intérieure, ou de résistance à l'ennemi (le diable). Elle consiste à se tenir dans la foi, avec autorité et persévérance, pour résister aux forces spirituelles du mal (Éphésiens 6 :12). La prière de combat n'est pas une prière agressive contre les gens, mais une prière centrée sur la victoire de Christ sur les puissances des ténèbres.

Voici quelques passages bibliques qui illustrent ou appuient la prière de combat :

- Daniel (Daniel 10 :12-13) : Il jeûne et prie 21 jours. Un combat spirituel a lieu dans les cieux.
- David (Psaume 35, 18, 144) : Il invoque Dieu contre ses ennemis. Beaucoup de ses psaumes sont des cris de guerre spirituelle.
- Néhémie (Néhémie 4 :9) : *“Nous priâmes notre Dieu, et nous établîmes une garde jour et nuit.”*
=> Union de la prière et de l'action face à l'opposition.
- Éphésiens 6 :10-18 — *“Revêtez-vous de toutes les armes de Dieu...”*
Paul enseigne que nous luttons “contre les dominations, contre les autorités, contre les princes de ce monde de ténèbres...”
- 2 Corinthiens 10 :3-5 — *“Les armes avec lesquelles nous combattons ne sont pas charnelles...”*
Nos armes sont spirituelles et puissantes pour renverser les forteresses.
- Jacques 4 :7 — *“Résistez au diable, et il fuira loin de vous.”*
Résister implique la prière active, ferme, confiante.
- Luc 10 :19 *“Voici, je vous ai donné le pouvoir de marcher sur les serpents et les scorpions...”*
- Jésus donne le pouvoir de marcher sur toute la puissance de l'ennemi.
- Marc 9 :29 — *“Cette sorte de démon ne sort que par la prière.”*
Certaines batailles spirituelles exigent une intensité de prière spécifique.

Comment pratiquer la prière de combat ?

- S'ancrer dans la Parole (ex. Psaume 91, Éphésiens 6)
- Prier avec foi et autorité au nom de Jésus
- Dénoncer le mal et proclamer les promesses de Dieu

- Utiliser le jeûne si nécessaire
- S’entourer d’intercesseurs si le combat est lourd

La prière de délivrance

La prière de délivrance est une pratique spirituelle chrétienne, courante dans les milieux pentecôtistes et évangéliques, ainsi que dans certaines communautés catholiques charismatiques. Elle vise à obtenir la libération de liens spirituels, de maux physiques, psychologiques, ou de situations difficiles, par l'intercession divine. Elle peut être pratiquée individuellement ou lors de rassemblements spécifiques.

Cette prière consiste à demander la grâce de Dieu pour vivre une vie de sanctification, et d’obéissance, puis à invoquer la délivrance de Dieu sur notre vie. Cette sorte de prière est une arme puissante de destruction des œuvres du diable pour obtention d’une véritable délivrance et une restauration. Elle est un véritable combat spirituel. Ce combat consiste à détruire les forteresses, les liens dans notre vie ; à chasser les démons qui ferment les portes de notre prospérité.

Remarque : chaque chrétien est investi de l’autorité divine et doit constamment faire cette sorte prière. (Jér 1 :10).

Principes et objectifs de la prière de délivrance :

- Libération des liens spirituels : La prière de délivrance cherche à rompre les liens avec des forces spirituelles négatives, des malédictions, ou des influences néfastes.
- Guérison et protection : Elle peut également viser la guérison de maladies, la protection contre le mal, et le renforcement de la foi et de la relation avec Dieu.
- Délivrance des situations difficiles : Elle peut s'appliquer à des situations complexes, des blocages personnels, ou des problèmes relationnels.
- Reconnaissance de la puissance divine : La prière de délivrance souligne la puissance de Dieu et de Jésus-Christ pour apporter la libération et la guérison.

Pratiques et éléments clés :

- Demande de pardon : Il est judicieux de commencer par la confession des péchés et la demande de pardon à Dieu.
- Invocation du Saint-Esprit : Les prières de délivrance impliquent souvent l'invocation du Saint-Esprit pour qu'il vienne transformer et libérer la personne.
- Utilisation de passages bibliques : Des passages de la Bible, notamment des psaumes, sont souvent utilisés pour renforcer la prière.
- Intercession : Les prières peuvent être adressées à Dieu le Père, à Jésus-Christ, ou à la Vierge Marie, pour obtenir leur intercession.
- Adoption d'une posture de foi : La prière de délivrance implique souvent une posture de foi et de confiance en la puissance de Dieu pour opérer la délivrance.

Précautions et limites :

- Distinction entre spirituel et psychologique :
Il est important de distinguer les problèmes relevant du domaine spirituel de ceux qui relèvent de la psychologie, et de ne pas tout attribuer au spirituel.
- Éviter la surenchère émotionnelle :
Il est important de ne pas surévaluer l'importance des émotions dans la prière de délivrance.

- Le rôle de l'Église :
Il est important de se référer aux autorités ecclésiastiques pour les questions liées à l'exorcisme.
- La prière de délivrance ne remplace pas les soins médicaux :
Il est important de consulter des professionnels de la santé pour les problèmes de santé.

« *Ne nous enduis pas en tentation, mais délivre-nous du malin* » (Mat 6 :13).

La prière d'autorité

La prière d'autorité⁸ est une forme de prière chrétienne où le croyant, se basant sur la puissance et l'autorité que Dieu lui a données en Jésus-Christ,

- Proclame la volonté de Dieu, repousse les forces du mal, et agit avec foi dans le monde spirituel et physique.
- Commande à des situations, des forces spirituelles ou des circonstances difficiles de se soumettre à la volonté de Dieu.

La prière d'autorité peut être dirigée contre des esprits malins, des maladies, des situations difficiles, ou pour la protection et la bénédiction de soi-même et de ses proches. Les croyants peuvent également prier avec autorité pour la délivrance, ou pour que la volonté de Dieu s'accomplisse. Elle implique souvent des déclarations de foi, des affirmations de la Parole de Dieu, et des commandes dans le nom de Jésus-Christ.

La prière d'autorité repose sur la foi en la toute-puissance de Dieu et sur l'autorité que Jésus a donnée à ses disciples.

- Jésus a reçu toute autorité (Matthieu 28 :18)
- Il a transmis cette autorité à ses disciples (Luc 10 :19, Matthieu 10 :1)
- Les croyants sont assis avec Christ dans les lieux célestes (Éphésiens 2 :6)

On trouve dans la Bible des exemples de prière d'autorité où Jésus exerce son autorité, comme lorsqu'il commande aux vents et aux vagues de se calmer. La prière d'autorité est une manière pour le chrétien d'exercer son héritage spirituel et de manifester la puissance de Dieu dans sa vie et dans le monde.

Les principes clés pour pratiquer la prière d'autorité :

- Croire en son identité en Christ
- Tu es enfant de Dieu, héritier de l'autorité spirituelle (Jean 1 :12)
- Prier dans le nom de Jésus : « *Tout ce que vous demanderez en mon nom, je le ferai* » (Jean 14 :13)
- Déclarer avec foi et assurance
- Utilise des affirmations bibliques pour proclamer la vérité divine
- Base tes prières sur les promesses bibliques (Romains 8 :37, Marc 11 :24)
- Soumettre ta vie à Dieu : « *Soumettez-vous donc à Dieu ; résistez au diable, et il fuira loin de vous* » (Jacques 4 :7)
- Inviter le Saint-Esprit pour intercéder pour nous et nous guide dans la prière (Romains 8 :26)

⁸ La prière d'autorité va au-delà de la simple supplication et qui affirme la victoire de Christ sur le mal.

☐ Références bibliques clés :

☐ Verset	Contexte
Matthieu 28:18	Jésus déclare avoir reçu toute autorité
Luc 10:19	Jésus donne l'autorité à ses disciples
Éphésiens 2:6	Les croyants sont assis avec Christ
Jean 14:13	Prier au nom de Jésus
Jacques 4:7	Résister au diable avec soumission à Dieu
Marc 11:24	Prier avec foi et recevoir
Actes 9:34	Guérison au nom de Jésus
Matthieu 18:18	Lier et délier sur la terre et dans le ciel

La prière de restauration :

La prière de restauration est une prière où l'on demande à Dieu de réparer, relever ou renouveler ce qui a été brisé dans notre vie : santé, relations, finances, destinée, paix intérieure, foi, etc. C'est une prière d'espérance et de confiance en un Dieu qui restaure tout ce que l'ennemi ou la vie a détruit.

La prière de restauration n'est peut-être pas toujours désignée de manière formelle dans la Bible sous ce nom, mais elle est clairement exprimée dans l'esprit des prières de recouvrement, de réparation, de retour à l'état initial de bénédiction, selon la volonté de Dieu.

La Restauration est une prière adressée à Dieu pour qu'Il :

- répare ce qui a été brisé,
- restitue ce qui a été volé (spirituellement, émotionnellement, matériellement),
- guérisse les blessures,
- restaure une position, une destinée, une relation ou une bénédiction perdue.

Exemples bibliques :

- Joël 2 :25 — « *Je vous restituerai les années qu'ont dévorées la sauterelle, le criquet, le grillon et la chenille.* »
- Psaume 23 :3 — « *Il restaure mon âme...* »
- Jérémie 30 :17 — « *Je panserai tes plaies, dit l'Éternel.* »
- Job 42 :10 — Dieu a restauré Job en lui donnant le double de ce qu'il avait perdu.

La prière de restauration s'appuie sur le Dieu qui restaure (Deutéronome 30) — l'un des grands thèmes bibliques.

Références bibliques clés :

- Joël 2 :25 – "*Je vous restituerai les années qu'ont dévorées la sauterelle, le grillon, le criquet et la chenille...*"
Dieu promet de restaurer ce que l'ennemi a détruit.
- Psaume 23 :3 – "*Il restaure mon âme...*"
Dieu restaure intérieurement, moralement, spirituellement.
- Jérémie 30 :17 – "*Je te panserai et te guérirai de tes plaies, dit l'Éternel.*"
Il guérit et restaure les cœurs et les corps.

- Job 42 :10 – "*L'Éternel rétablit Job dans son premier état, quand Job eut prié pour ses amis ; et l'Éternel lui accorda le double de tout ce qu'il avait possédé.*"
Exemple fort de restauration divine après l'épreuve.
- Luc 19 :10 – "*Le Fils de l'homme est venu chercher et sauver ce qui était perdu.*"
La mission de Jésus inclut la restauration de l'homme tout entier.

Différence entre la prière de restauration et la prière de combat :

- La prière de combat s'adresse aux réalités spirituelles ennemies (Éphésiens 6 :12), elle est militante, elle utilise l'autorité en Christ pour briser, renverser, lier, délier, proclamer.
- "Le Dieu qui restaure" fait référence à l'idée que Dieu est capable de réparer, de renouveler et de guérir ce qui a été brisé ou perdu, que ce soit physiquement, émotionnellement ou spirituellement. C'est un thème central dans de nombreuses religions et philosophies, soulignant la capacité divine à transformer des situations difficiles en opportunités de croissance et de bénédiction.

Voici quelques aspects de cette idée :

- Restauration physique : Dans la Bible, on trouve des récits de Dieu qui restaure la santé, la richesse et la prospérité de personnes comme Job (Job 42 : 10).
- Restauration spirituelle : Dieu est souvent dépeint comme celui qui pardonne les péchés, restaure la relation avec lui et offre la paix intérieure (Jérémie 30 : 17).
- Restauration émotionnelle : L'idée de "guérir les cœurs brisés" est un aspect important de la restauration, soulignant la capacité de Dieu à apporter la guérison émotionnelle et la paix (Psaumes 147 : 3).
- Restauration communautaire : Le concept de restauration peut également s'appliquer à la guérison des relations brisées au sein d'une communauté ou d'une famille (Psaumes 113 : 9).

Thème central dans les Écritures : La restauration est un thème récurrent dans la Bible, depuis le jardin d'Éden jusqu'à la Nouvelle Jérusalem.

En somme, "Le Dieu qui restaure" est une expression qui englobe la puissance divine de guérison, de renouvellement et de transformation, offrant l'espoir d'un avenir meilleur même après des moments difficiles.

En revanche, la prière de combat (ou prière de guerre spirituelle) est une prière fervente contre les forces spirituelles du mal (Ephésiens 6 :12). C'est un affrontement spirituel où l'on proclame la victoire de Christ sur l'ennemi.

Caractéristiques :

- la prière de combat utilise la Parole de Dieu comme arme (Hébreux 4 :12).
- Elle se fait au nom de Jésus, avec foi et autorité.
- Elle engage souvent le jeûne et la louange, comme outils puissants (Matthieu 17 :21 ; 2 Chroniques 20).

La prière de foi

La "prière de foi" est une expression utilisée dans divers contextes religieux, notamment chrétiens, pour désigner une prière faite avec une forte conviction que Dieu entend et répondra à la demande, en accord avec sa volonté. Elle se distingue par une confiance inébranlable en la puissance et la bienveillance divines.

Quelqu'un parmi vous souffre ? Qu'il prie. Quelqu'un est-il joyeux ? Qu'il chante des psaumes. Quelqu'un parmi vous est-il malade ? Qu'il appelle les anciens de l'Église, et qu'ils prient pour lui, en l'oignant d'huile au nom du Seigneur. Et la prière de la foi sauvera le malade, et le Seigneur le relèvera. Et s'il a commis des péchés, il lui sera pardonné. – Jacques 5 :13-15

La "prière de foi" est une prière prononcée avec une conviction profonde que Dieu agira, souvent dans le contexte de guérison ou de miracle.

Référence : *"La prière de la foi sauvera le malade, et le Seigneur le relèvera."* — Jacques 5 :15

Elle est souvent liée à l'onction d'huile et à l'intervention des anciens dans l'Église. Elle ne repose pas sur les circonstances visibles, mais sur la confiance absolue en la puissance de Dieu.

Quelques éléments clés de la prière de foi :

- La conviction : C'est une prière où l'on croit fermement que Dieu est capable d'agir et qu'il le fera, selon sa volonté.
- La conformité à la volonté divine : La prière de foi est souvent associée à une demande qui est en harmonie avec les enseignements et la volonté de Dieu.
- La reconnaissance de la puissance de Dieu : Il s'agit de reconnaître que Dieu a le pouvoir de répondre à la prière, même dans des situations difficiles ou impossibles pour les humains.
- L'exemple biblique : La Bible contient de nombreux passages qui encouragent la prière de foi et donnent des exemples de personnes qui ont prié avec succès.
- L'importance de la foi : La foi est considérée comme le fondement de la prière de foi, car c'est elle qui permet de croire en la puissance de Dieu et en sa capacité à agir.

Différents aspects de la prière de foi peuvent être soulignés :

- La prière de foi pour la guérison : Certains chrétiens prient pour la guérison physique, avec la conviction que Dieu a le pouvoir de guérir les malades.
- La prière de foi pour le salut : La prière de foi peut aussi être utilisée pour demander le salut en Jésus-Christ.
- La prière de foi pour obtenir la sagesse : Jacques enseigne que Dieu donne la sagesse à ceux qui la demandent avec foi (Jacques 1 :5).
- La prière de foi pour la paix : Paul décrit comment expérimenter la paix de Dieu en priant avec foi. (Philippiens 4 :6-8).

La prière de la foi est utilisée lorsque nous prions pour la guérison. Nous croyons que Dieu va toucher quelqu'un et le faire guérir. Elle s'étend à la prière pour les miracles. Tout au long de la Bible et de l'histoire, le peuple de Dieu a prié et des choses miraculeuses se sont produites !

En résumé, la prière de foi est une prière exprimée avec une conviction profonde que Dieu peut et va répondre, en accord avec sa volonté, en se basant sur sa Parole et sur les exemples bibliques.

Prière de dédicace ou de consécration

Une prière de dédicace est une prière spécifique, souvent solennelle, qui accompagne la consécration ou la dédicace d'un lieu, généralement religieux comme une église ou un autel. La prière de dédicace, c'est quand on va devant le Seigneur et qu'on se consacre à lui ou qu'on lui consacre quelqu'un/quelque chose. Cette prière est prononcée par un évêque ou un prêtre lors de

la cérémonie de dédicace, et elle a pour but de vouer ce lieu à Dieu et de demander sa bénédiction pour qu'il soit un lieu de culte et de rassemblement pour les fidèles. 1 Samuel 1-2 est un excellent exemple de Hannah priant pour une percée (supplication) et offrant son premier enfant au Seigneur (consécration).

Voici quelques points clés concernant la prière de dédicace :

- Cérémonie de consécration : La prière de dédicace est un élément central de la cérémonie de dédicace, qui est un rite de consécration d'un lieu sacré, comme une église ou un autel.
- Voué à Dieu : La prière vise à consacrer le lieu à Dieu, le rendant ainsi un espace sacré dédié au culte et à la prière.
- Bénédiction : La prière de dédicace demande la bénédiction divine pour ce lieu, afin qu'il soit un lieu de paix, de communion et de rassemblement pour la communauté chrétienne.
- Symbole du Christ : Dans le cas de la dédicace d'un autel, la prière peut souligner son symbolisme, le liant au Christ et à son sacrifice.
- Rôle de l'évêque : C'est généralement l'évêque qui préside la cérémonie et prononce la prière de dédicace.
- Rituel spécifique : La prière de dédicace s'inscrit dans un rituel plus large, avec des gestes, des symboles et des chants qui soulignent l'importance de l'événement.
- Rites essentiels : La prière et les rites qui l'accompagnent sont essentiels et ne peuvent être répétés pour le même lieu.
- Ancienneté : Les rites de dédicace sont basés sur une ancienne coutume de l'Église, témoignant de leur importance historique et spirituelle.

Prière d'imprécation

Une prière d'imprécation est une prière qui demande à Dieu d'infliger un malheur, une punition ou une calamité à une personne ou à un groupe de personnes spécifiques, souvent considérés comme des ennemis ou des oppresseurs (Psaumes 7, 55 et 69.)⁹. Les prières d'imprécation étaient souvent utilisées dans des situations où une personne ou un groupe se sent injustement opprimé ou persécuté. Elles expriment un désir de justice divine et une demande d'intervention de la part de Dieu contre ceux qu'ils perçoivent comme responsables de leurs souffrances.

Bien que le terme "imprécation" soit souvent utilisé comme synonyme de "malédiction", il est important de noter que l'imprécation est une forme de prière, tandis que la malédiction est une déclaration de malheur.

Par ailleurs, les prières d'imprécation peuvent être controversées, car elles semblent contredire l'enseignement de certaines traditions religieuses, comme le Christianisme, qui prônent l'amour des ennemis et le pardon. En effet, Dieu nous a appelés à aimer nos ennemis et à les bénir. Nous ne sommes pas appelés à les maudire dans la prière ou à demander que la colère de Dieu soit déversée sur eux.

⁹ Les prières d'imprécation se retrouvent dans de nombreuses religions et cultures, notamment dans la Bible hébraïque (Psaumes) et dans les traditions anciennes du Moyen-Orient. Certaines traditions religieuses justifient l'utilisation de prières d'imprécation en faisant valoir que Dieu est juste et qu'il finira par punir le mal, et que les prières d'imprécation peuvent être un moyen d'exprimer cette croyance. La prière d'imprécation est vue dans les psaumes lorsque les justes priaient pour que le jugement et la colère s'abattent sur les injustes. Exemples : Dans la Bible, on trouve des exemples de prières d'imprécation dans les Psaumes, où des auteurs comme David demandent à Dieu de juger leurs ennemis.

Mais moi, je vous dis : aimez vos ennemis, bénissez ceux qui vous maudissent, faites du bien à ceux qui vous haïssent, et priez pour ceux qui vous maltraitent et vous persécutent, afin d'être les fils de votre Père qui est dans les cieux ; car il fait lever son soleil sur les méchants et sur les bons, et il envoie la pluie sur les justes et sur les injustes. Car si vous aimez ceux qui vous aiment, quelle récompense aurez-vous ? Les collecteurs d'impôts eux-mêmes ne font-ils pas de même ? Et si vous saluez seulement vos frères, que faites-vous de plus que les autres ? Les collecteurs d'impôts eux-mêmes ne le font-ils pas ? C'est pourquoi vous serez parfaits, comme votre Père qui est dans les cieux est parfait.

Lorsque ses disciples Jacques et Jean virent cela, ils dirent : « Seigneur, veux-tu que nous ordonnions au feu de descendre du ciel et de les consumer, comme l'a fait Élie ? » 55 Mais il se retourna et les réprimanda, et dit : « Vous ne savez pas de quel esprit vous êtes. – Luc 9 :54-55

La prière silencieuse ou contemplative

Psaume 65 :2 — "La louange t'attend dans le silence à Sion."

La prière silencieuse (sous forme plus intérieure) a toujours existé dans le christianisme. Il en existe différentes façons : "prier dans sa tête", oraison plus proche de la méditation (avec une forme de recueillement qui se passe de mots). La prière intérieure, c'est aussi faire taire le brouhaha des pensées et faire silence pour nous permettre d'être simplement là avec Dieu, et à son écoute.

La prière silencieuse est un besoin spirituel important pour l'homme, dans nos sociétés actuelles où le bruit règne en maître, et dans lesquelles les nombreuses sollicitations extérieures nourrissent sans arrêt le flux de nos pensées. La prière est toujours et avant tout un acte d'amour. Désirer vouloir passer du temps avec Dieu, désirer aller à sa rencontre dans le silence de notre cœur, voilà la plus grande valeur de notre prière même si parfois la prière nous semblera bien aride. Surtout ne pas se décourager et offrir chacun de nos efforts au Seigneur !

La prière silencieuse n'a pas pour vocation de remplacer la prière vocale. Elle vient compléter et offrir une autre façon de prier, plus intime, plus personnelle : Faire silence c'est aussi et avant tout calmer nos agitations intérieures pour permettre une véritable rencontre.

- Depuis le début du christianisme, la prière méditative est présente (contemplation, adoration, oraison de recueillement, la prière du cœur, etc.), et prière et silence ont toujours été associées.
- Trouver une façon de prier qui s'adapte à toutes les circonstances.
- Le silence est le lieu de rencontre privilégié avec Dieu qui demeure en nous.
- Dans le silence se jouent de grandes choses : *"Dieu est l'ami du silence. Les arbres, les fleurs et l'herbe poussent en silence. Regarde les étoiles, la lune et le soleil, comment ils se meuvent silencieusement."* (Mère Teresa).

Jésus lui-même, dont les Évangiles nous disent qu'il se retirait pour prier, nous invite à une prière intérieure : *"Quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra."* (Matthieu 6, 5-8)

Partie II – Pratiques et chemins de prière

Comprendre la prière est une chose. La vivre en est une autre.

Cette deuxième partie nous invite à passer du concept à l'expérience, du savoir à la pratique. Car la prière chrétienne se décline en mille formes : louange, silence, intercession, gratitude... Elle épouse nos rythmes, nos saisons, nos combats. À travers ces chapitres, nous découvrirons comment prier avec le cœur, avec le corps, avec l'Esprit — et comment faire de chaque moment une offrande.

Prier n'est pas toujours facile. Il y a des jours de feu, et des jours de cendre.

Cette troisième partie aborde les résistances, les silences, les épreuves qui jalonnent le chemin de prière.

Car grandir dans la prière, c'est aussi apprendre à traverser le désert, à écouter dans le silence, à persévérer dans l'absence.

Que ces pages soient pour toi un encouragement, une lumière dans la nuit, et une invitation à la fidélité. Que cette exploration soit pour chacun un chemin de liberté et de profondeur.

« Que ma prière soit devant Toi comme l'encens, et l'élévation de mes mains comme l'offrande du soir. » (Psaume 141 :2)

Nous quittons les fondations pour entrer dans le jardin des pratiques. Ici, chaque forme de prière est une fleur, chaque souffle une offrande.

Dieu vivant, Toi qui inspires la louange et accueilles le silence, enseigne-nous à prier avec tout notre être.

« Heureux ceux qui pleurent, car ils seront consolés. » (Matthieu 5 :4)

Nous entrons dans le lieu secret où la prière devient combat.

Là où le silence de Dieu nous façonne,

Là où l'attente creuse notre foi,

Là où l'Esprit intercède dans nos soupirs.

Que nos gestes deviennent sacrement, que nos paroles deviennent feu, que nos silences deviennent présence.

Viens, Esprit de prière, et fais de notre vie une liturgie invisible.

Dieu fidèle,

Toi qui ne dors ni ne sommeilles, soutiens ceux qui prient dans la nuit.

Que cette étape soit purification, et que notre cœur devienne temple.

Au nom du Seigneur Jésus-Christ,

Amen.

Chapitre 4 : Clés pour une prière guidée par l'Esprit

Inscrit au cœur de la foi chrétienne, la prière, ce dépouillement formel, s'accompagne de règles et pratiques qui visent à rendre la prière sincère et honnête, précise et efficace, sur nos besoins, sur les besoins des autres et du monde.

Les bases de la vie prière

La vie de prière est avant tout un don, une grâce offerte par Dieu. Il ne s'agit pas de "faire sa prière" comme on ferait un devoir, mais d'accueillir ce don qui nous est fait de pouvoir nous

adresser à Dieu comme à notre père, de nous adresser au Christ comme à notre frère, notre ami. La prière est gratuite : personne n'oblige personne à prier. La prière est formulée avec les mots du quotidien (simple et naturelle), comme lorsque l'on s'adresse à un être aimé. Elle n'a besoin ni d'un langage particulier, ni d'un lieu spécifique, ni d'un intermédiaire.

Se préparer dans l'humilité, pour adresser à Dieu nos demandes et supplications avec foi et persévérance, en s'appuyant sur les Écritures et en y incluant la louange et adoration, et l'action de grâce.

- Se préparer dans l'humilité : Approcher Dieu avec un cœur pur, libre de toute arrogance. Reconnaître Sa sainteté et notre dépendance envers Lui, comme mentionné dans 2 Chroniques 7 : 14 : « *Si mon peuple... s'humilie, prie... alors, je l'exaucerai...* ».
- S'adresser à Dieu avec sincérité : La prière doit venir du fond du cœur (non d'une simple récitation formelle), car Dieu est omniscient. Il voit ce qui est caché. (Matthieu 6 : 5-6).
- Prier avec foi et persévérance : Croire que Dieu entend et répond, même si Sa réponse semble tarder ou diffère de nos attentes (Luc 18 :1-8).
- S'appuyer sur les Écritures : Les psaumes, prières des prophètes et paroles du Christ servent de guide. Invoquer les promesses de Dieu telles qu'exprimées dans Sa Parole. Exemple : « *L'Éternel est mon berger : je ne manquerai de rien...* (Psaume 23).
- Inclure la louange, la reconnaissance et l'intercession : Louer Dieu pour Sa grandeur. Remercier Dieu pour Ses bienfaits quotidiens. Par esprit de charité, intercéder pour les autres.

La prière est un acte sacré qui transforme l'âme. Ce n'est pas un monologue, mais un dialogue spirituel nourri par l'amour, la confiance et l'espérance. Quiconque s'approche de Dieu avec foi et vérité sera entendu, selon Sa sagesse éternelle.

Les étapes de la prière

Pour une prière efficace :

1. Commencez par louer Dieu pour ce qu'Il est et pour ses bienfaits (Louange et Adoration).
2. Reconnaissez vos péchés et demandez pardon à Dieu (Confession).
3. Priez pour les autres, pour vos besoins et ceux de votre entourage (Requête et Intercession).
4. Demandez que la volonté de Dieu soit faite, et non la vôtre (Soumission à la Volonté de Dieu).
5. Rendre grâce à Dieu pour l'exaucement.

On peut aussi bien adopter une autre structure de prière : A.C.R.A. (Adoration – Confession – Requête - Action de grâce).

- Glorifie Dieu
- Dis merci à Dieu pour la grâce accordée/ Reconnais que tu ne mérites pas cette grâce
- Réclame la manifestation du Saint-Esprit
- Prie d'abord pour les autres/ Prie ensuite pour toi-même
- Remercie DIEU de t'avoir exaucé.

Prier ce n'est pas faire appel à son intellect, mais passer par le cœur. Tout le monde (baptisé ou non, laïc ou religieux) peut prier. Il suffit d'ouvrir son âme au Seigneur et de l'accueillir ! Chaque croyant s'adresse ainsi à Dieu lorsqu'il en ressent le besoin avec ses mots, peu importe où il se trouve.

- Créer un environnement spirituel propice à la concentration et à la communion avec Dieu.

- Définir des moments spécifiques (ou réguliers) pour la prière.
- S'inspirer de la Bible, utiliser les Écritures et trouver des versets pertinents, pour guider la prière.
- Avoir la foi : Croire que Dieu entend et répond aux prières.
- Demander au nom de Jésus : Reconnaître le rôle de Jésus comme médiateur entre Dieu et les hommes.
- Rechercher la volonté de Dieu : S'assurer que nos prières sont conformes à ses desseins.
- Obéir à Dieu : Suivre ses commandements et vivre une vie qui lui est agréable.
- Participer à des prières collectives ou à des groupes de prière.

L'oraison ou la prière personnelle

La prière personnelle (aussi connue sous le nom d'oraison) est essentielle à la vie de tout chrétien. Elle nous permet de nous retirer dans le silence de notre cœur, et de passer un moment seul à seul avec le Seigneur. Cette prière personnelle est indispensable : nous sommes seuls maîtres du temps que nous prenons, du lieu où nous nous trouvons, de la qualité que nous y mettons. Elle nous permet de demeurer en Jésus comme il demeure en nous, et de nous recentrer sur l'essentiel.

La prière n'est pas réservée aux lieux sacrés ni aux moments exceptionnels. Elle est une respiration de l'âme, un dialogue constant avec Dieu, qui peut s'inscrire dans chaque geste, chaque pensée, chaque instant. Prier dans le quotidien, c'est faire de sa vie un sanctuaire.

Beaucoup pensent qu'il faut du silence absolu ou un cadre parfait pour prier. Mais Dieu est présent dans le bruit, dans le mouvement, dans le chaos même. La prière peut s'inviter :

- Au réveil, pour confier la journée
- En marchant, en conduisant, en travaillant
- Avant un rendez-vous, une décision, une conversation difficile
- Le soir, pour faire le bilan et remercier.

Utiliser des supports pour nourrir la prière personnelle :

- Lectures bibliques (un verset par jour peut suffire à ouvrir le cœur),
- Musique chrétienne (elle élève l'âme et prépare à la prière),
- Carnet de prière (noter ses requêtes, ses réponses, ses louanges),
- Applications ou podcasts (pour méditer en déplacement).

Si la prière personnelle est nécessaire à l'équilibre du chrétien, la prière collective est aussi très importante, surtout la messe qui est le moment du sacrement de l'eucharistie.

La prière collective ou prière communautaire

La prière collective, c'est lorsque nous nous réunissons en tant que croyants et que nous prions ensemble. La religion chrétienne, loin d'être basée sur l'individualisme, encourage les communautés. Il est parfois plus facile de prier à plusieurs afin de persévérer dans la prière, partager ses fardeaux avec d'autres aussi bien que ses joies, échanger sur sa foi et simplement apprendre à prier. De nombreuses communautés de prière ont pour but d'aider à la prière, ou simplement de se sentir en union avec nombre d'autres chrétiens à travers le monde entier. Nous sommes chrétiens tous ensemble dans l'Église, qui est composé de nombreux croyants, dans notre famille, dans nos communautés chrétiennes (groupes de prière, monastères, etc.).

“Si deux d’entre vous sur la terre se mettent d’accord pour demander quoi que ce soit, ils l’obtiendront de mon Père qui est aux cieux. En effet, quand deux ou trois sont réunis en mon nom, je suis là, au milieu d’eux.” (Matthieu, 18, 19-20).

Le "Notre Père", bien que régulièrement récité comme une prière personnelle, est une prière collective, faite pour prier ensemble : il commence bien par “*Notre Père qui est aux cieux*” et non “*Mon Père qui est aux cieux*” !

En nous définissant comme chrétiens, nous acceptons l’appartenance à cette communauté. Nous acceptons d’être dépendants les uns des autres, de leur amour, et nous les rendons dépendants de nous. Nous acceptons de grandir grâce aux autres, et de les faire grandir à nos côtés.

Le culte familial

Dans le christianisme, le culte familial a une importance primordiale. L’adoration habituelle en famille constitue l’une des expressions les plus manifestes d’un foyer centré sur Dieu. Fort malheureusement, les chrétiens négligent aujourd’hui d’adorer Dieu en famille. À part rendre grâces avant les repas, la plupart des familles chrétiennes prennent très peu le temps (sinon aucun) durant la semaine d’adorer Dieu à la maison. Même les membres de l’Église les plus engagés ne semblent pas accorder vraiment d’importance à l’adoration en famille. Ce laisser-aller quant à cette discipline non seulement nuit à notre préparation en vue de l’adoration en public, mais encore il constitue une désobéissance aux exhortations de la Parole de Dieu. En effet, Dieu nous commande de l’adorer en famille. Le père/ la mère (ou chef-fe de famille) chrétien-ne doit absolument conduire sa famille dans l’étude de la Bible et la prière. Comme pour tous les commandements divins, on tire beaucoup de joie et de délices de l’obéissance à ce mandat.

L’Histoire démontre des preuves de l’adoration en famille depuis l’époque d’Abraham :

- Dans Genèse 18.19, Dieu dit : « *Car je l’ai choisi [Abraham], afin qu’il ordonne à ses fils et à sa maison après lui de garder la voie de l’Éternel, en pratiquant la droiture et la justice, et qu’ainsi l’Éternel accomplisse en faveur d’Abraham les promesses qu’il a faites* ».
- Dans le livre de l’Exode, Dieu requiert des pères qu’ils enseignent à leurs enfants la signification de la Pâque (Exode 12.23-27).
- Alors que les Israélites se trouvaient aux portes de Canaan, Dieu leur a commandé de l’adorer en famille, en amenant Moïse à leur rappeler leur responsabilité par alliance devant Dieu d’enseigner assidûment l’Écriture à leurs enfants (De 6.4-9).

« *Écoute, Israël ! L’Éternel, notre Dieu, est le seul Éternel. Tu aimeras l’Éternel, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta force. Et ces commandements, ... Tu les inculqueras à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras dans ta maison,* » (Deutéronome 6.4-9).

Remarquez l’approche en trois volets de l’adoration : en famille, en privé et en public. En pratiquant fidèlement et constamment les deux premières formes d’adoration tout au long de la semaine (en famille et en privé), nous nous préparons assidûment à adorer Dieu en public le jour du Seigneur.

Quelques étapes simples à suivre pour pratiquer le culte familial :

- Planifiez et organisez une concertation familiale destinée à fixer le meilleur moment pour vous adonner à l’adoration en famille. Choisissez des moments précis chaque jour ou chaque semaine.

- Réservez de 10 à 30 minutes (matin, midi ou soir) - Soyez flexibles : adaptez la durée et le contenu du culte familial en fonction des besoins et des contraintes de chacun.
- Déterminez l'ordre du culte en famille :
 - Ouvrir un temps de louange (Chanter un psaume ou un cantique).
 - Faites la prière.
 - Partagez une méditation, un commentaire, un enseignement ou simplement lire la Bible (Variez les activités : Lisez les passages bibliques, chantez des hymnes, partagez des témoignages et priez ensemble).
 - Terminer par l'action de grâce.
 - Impliquez tous les membres : encouragez chaque membre de la famille à participer activement, y compris les enfants.
- Il importe que ces instants soient coutumiers, sérieux, joyeux et succincts (plutôt qu'irréguliers, longs et ennuyeux, contraignants). Bien sûr, il n'est pas toujours facile d'adorer Dieu en famille en présence de petits enfants. En revanche, n'oublions pas que l'adoration en famille constitue un cadre de formation spirituelle pour nos enfants. Le moment est effectivement rêvé pour enseigner à nos tout-petits non seulement la vérité transformatrice de la Parole de Dieu, mais aussi la nature et les caractéristiques de l'adoration en public le jour du Seigneur.

À long terme, les bienfaits de l'adoration en famille sur nos enfants seront incommensurables.

- Lorsqu'elle s'adonne avec régularité à cette pratique, la famille à la foi sincère souligne le fait que Dieu est le Roi de son foyer, plutôt que le téléphone, les réseaux sociaux, la télévision, le journal, ou n'importe quoi d'autre.
- Dans notre quête de bâtir des foyers solides et épanouis, il est essentiel de ne pas négliger un aspect crucial de la vie familiale : le culte familial. Est un moment de recueillement, de prière et de méditation sur la Parole de Dieu, partagé en famille. Ce temps de communion spirituelle est un pilier fondamental pour renforcer les liens conjugaux et familiaux.
- Le culte familial permet de rassembler tous les membres de la famille dans un moment de partage et de communion. En priant et en méditant ensemble, les couples et leurs enfants développent une unité spirituelle qui fortifie leur relation.
- Intégrer le culte familial dans la routine quotidienne ou hebdomadaire permet de centrer la vie de la famille autour des enseignements bibliques. Cela aide à inculquer des valeurs chrétiennes solides et à vivre en accord avec la volonté de Dieu.
Josué 24 :15, Déclare : « *Moi et ma maison, nous servons l'Eternel.* »
- Le culte familial offre un espace pour discuter ouvertement des défis et des bénédictions de la vie quotidienne. En partageant leurs pensées et leurs préoccupations, les couples peuvent mieux comprendre les besoins et les aspirations de chacun, renforçant ainsi leur complicité (Éph. 4 : 2-3).
- Pour les couples avec des enfants, le culte familial est une occasion précieuse de transmettre la foi et d'enseigner les valeurs chrétiennes.
Proverbes 22 :6 : « *Instruis l'enfant selon la voie qu'il doit suivre ; Et quand il sera vieux, il ne s'en détournera pas.* »
- En intégrant le culte familial, les parents jouent un rôle actif dans l'éducation spirituelle de leurs enfants.
- Protection spirituelle : Le culte familial est également un moment de prière pour la protection et la bénédiction de Dieu sur la famille. En priant ensemble, les couples invoquent la présence divine pour guider, protéger et bénir leur foyer.

L'adoration en famille est à la fois une source de bonheur et un devoir à accomplir pour la

famille chrétienne. La prière partagée crée des liens profonds. En famille, elle peut devenir un rituel du soir, un moment de bénédiction. En communauté, elle renforce l'unité et la foi collective. Même une courte prière avant un repas peut transformer l'atmosphère.

Prier par l'Esprit et prier en langues

« *De même, l'Esprit nous aide aussi dans nos faiblesses. En effet, nous ne savons pas ce qu'il faut prier comme nous le devrions, mais l'Esprit lui-même intercède pour nous avec des gémissements inexprimables.* » – Romains 8 :26.

Jésus dit à la femme samaritaine :

« *Les vrais adorateurs adoreront le Père en esprit et en vérité, car ce sont ceux-là que le Père demande. Dieu est Esprit, et il faut que ceux qui l'adorent l'adorent en esprit et en vérité.* » (Jean 4 :21-24).

Dieu cherche la vérité de notre cœur. L'adoration devient intérieure : Adorer "en esprit et en vérité" signifie une relation sincère et profonde avec Dieu, venant du cœur, et non simplement des rites extérieurs.

De même, celui qui parle en langue¹⁰ ne parle pas aux hommes mais à Dieu, car personne ne le comprend ; cependant, dans l'esprit, il dit des mystères. – 1 Corinthiens 14 :2

« *Car si je prie en langue, mon esprit prie, mais mon intelligence est infructueuse. Quel est donc la conclusion ? Je prierai avec l'esprit, et je prierai aussi avec l'intelligence. Je chanterai par l'esprit, et je chanterai aussi par l'intelligence.* » – 1 Corinthiens 14 :14-15

Dans sa première lettre aux Corinthiens, Paul souligne également l'importance de la prière en langues pour l'édification personnelle. Il écrit : « *Celui qui parle en langues s'édifie lui-même* » (1 Corinthiens 14 :4). Cette déclaration met en lumière la nature intime de la prière en langues, qui permet au croyant de communiquer directement avec Dieu, souvent au-delà des limites de la compréhension humaine. L'apôtre explique que, bien que le langage puisse être incompréhensible pour les autres, il sert à construire la foi et à renforcer la relation personnelle du croyant avec Dieu.

Paul précise cependant l'importance d'un équilibre dans l'usage de ce don. Il encourage également l'utilisation de l'interprétation afin que l'assemblée puisse être édifiée : « *Si donc je prie en langue, mon esprit est en prière, mais mon intelligence est stérile. Que faire donc ? Je prierai avec mon esprit, mais je prierai aussi avec mon intelligence* » (1 Corinthiens 14 :14-15). Ainsi, la prière en langues ne se limite pas à une expression privée ; elle doit également trouver sa place dans le cadre communautaire, favorisant ainsi l'édification collective.

Un autre aspect intéressant de la prière en langues est son rôle comme signe. Dans le même événement de la Pentecôte, la capacité des disciples à parler différentes langues a permis à des personnes de diverses origines de comprendre le message de l'Évangile dans leur propre langue. Cela a eu un impact significatif sur le témoignage de la foi chrétienne, marquant le début de l'évangélisation auprès des nations : « *Comment les entendons-nous, chacun dans notre propre langue dans laquelle nous sommes nés ?* » (Actes 2 :8). La prière en langues, dans ce contexte,

¹⁰ La prière en langues (aussi connue sous le terme de glossolalie) est un phénomène spirituel qui occupe une place centrale dans certaines traditions chrétiennes. Selon les Saintes Écritures, cette pratique est souvent associée à des expériences de communion spirituelle intense et à la manifestation du Saint-Esprit.

est un puissant outil de témoignage qui transcende les barrières culturelles et linguistiques. Elle souligne l'œuvre du Saint-Esprit dans la création d'une communauté de croyants diversifiée et unie, tout en renforçant l'idée que le message chrétien est universel.

La méditation

La prière peut être enrichie par la pratique spirituelles de la méditation¹¹. La lecture assidue des Écritures, renforce la foi et ouvre davantage le cœur à la prière.

Dans le chapitre 1, verset 8 du livre Josué, Dieu dit à Josué : « *Que ce livre de la loi ne s'éloigne point de ta bouche. Médite-le jour et nuit, pour agir fidèlement selon tout ce qui y est écrit, car c'est alors que tu auras du succès dans tes entreprises, c'est alors que tu réussiras* ».

Pour un chrétien, l'un des moyens les plus efficaces de méditer est d'utiliser la Parole de Dieu. Contrairement à d'autres formes de méditation qui consistent à se « vider » l'esprit, la méditation chrétienne exige seulement que le pratiquant se concentre et réfléchisse sérieusement sur la Parole, la Vérité du Seigneur.

Méditez souvent la Parole de Dieu afin d'enrichir votre compréhension de sorte à pouvoir l'appliquer à votre propre vie.

Méditez sur un verset ou un paragraphe. C'est sans aucun doute la façon la plus courante de méditer sur la Bible.

- Choisissez un verset ou un paragraphe spécifique de la Bible sur lequel méditer¹².
- Analysez-le, ensuite explorez la signification de ce passage pendant un certain temps.

Méditez sur un sujet spécifique. Une autre excellente option est de choisir un sujet à explorer en détail dans la Bible. Plutôt que de choisir un passage de la Bible, trouvez plusieurs thèmes qui traitent d'un même sujet et réfléchissez à la façon dont ils peuvent le définir ou l'examiner plus en profondeur.

Par exemple, vous pourriez méditer sur le thème de " le pardon des péchés".

- Utilisez une Bible ou un index pour trouver différentes références bibliques sur le sujet, puis lisez-les au complet.
- Examinez le contexte, la formulation, de chacun des versets et comparez-les les uns aux autres.

Explorez la signification d'un seul mot. Cette option est semblable à la précédente. Cependant, au lieu de choisir un thème large, vous devrez examiner le contexte d'un ou de plusieurs passages pour enrichir votre compréhension de la signification du terme.

Par exemple, essayez de comprendre la signification du terme "Seigneur".

- Recherchez les versets contenant ce terme, aussi bien en majuscules qu'en minuscules.
- Tenez compte du sens contextuel du terme pour les différentes orthographes.

¹¹ Méditer désigne une activité mentale par laquelle l'on examine mûrement quelque chose. C'est réfléchir longuement sur une pensée, une parole, un écrit, un événement, une situation, etc., de manière à l'approfondir, afin de découvrir, comprendre et ainsi le connaître.

¹² Cependant, si vous ne savez pas par où commencer, choisissez un verset du Nouveau Testament, de préférence tiré de l'un des quatre évangiles : Matthieu, Marc, Luc et Jean. Pour ce qui est de l'Ancien Testament, les versets des livres des Psaumes et des Proverbes sont également d'excellents choix.

- Pour approfondir votre compréhension, vous pouvez également utiliser des sources externes, comme un dictionnaire, pour comparer leurs usages religieux et séculiers.

Étudiez l'un des livres de la Bible. Avec cette technique, vous devez consacrer plus de temps à la lecture d'un livre entier.

- Analysez et explorez la signification d'un livre, à la fois comme une unité et comme composant individuel. Si cela vous semble trop compliqué, commencez par un livre relativement court (comme celui d'Esther).
- Pour enrichir votre compréhension, vous pouvez même utiliser un guide d'étude biblique.

Si nous sommes chrétiens, c'est que Christ a payé le prix, afin que nous vivions en Lui une vie pleinement satisfaisante. Faute de connaissances donc, nous laissons la destruction et la mort s'emparer progressivement de tous les domaines de notre vie à travers notamment maladie, chômage, dettes, pauvreté, apostasie, etc., jusqu'à ce que nous soyons entièrement détruits. Mais la connaissance au contraire donne la vie. Cette connaissance est le fruit de la méditation de la Parole de Dieu.

« *Mon peuple est détruit, parce qu'il lui manque la connaissance ...* » Osée 4-6.

Dieu a mis dans Sa Parole tout ce dont nous avons besoin pour réussir dans tout ce que nous entreprenons. Si nous nous contentons de la lire, nous ne découvrirons rien et continuerons de vivre une vie d'échec. Lire la Bible, c'est se contenter du « logos », de la lettre ; mais méditer, c'est rechercher et découvrir le « *rhema* », la révélation de l'esprit qui vivifie (2 Corinthiens 3-6). C'est pourquoi Dieu donna cet ordre à Josué : « *Que ce livre de la loi ne s'éloigne point de ta bouche ; médite-le jour et nuit, pour agir fidèlement selon tout ce qui y est écrit ; car c'est alors que tu auras du succès dans tes entreprises, c'est alors que tu réussiras.* » Josué 1-8.

Comment donc méditer efficacement la Bible ?

1- Invoquer Dieu avant d'ouvrir sa Bible. Qui de mieux que l'auteur d'un texte, pour aider à mieux comprendre ses écrits ? Dieu est l'auteur de la Bible (2 Timothée 3-16) Dieu est donc la personne la mieux indiquée pour nous révéler ce dont il parle. On se doit de L'invoquer afin qu'Il nous conduise et nous parle au travers de Sa Parole.

2- Être remplis du Saint-Esprit. « *Le Saint-Esprit, l'Esprit de vérité, est là pour nous enseigner et nous conduire dans toute la révélation, pour nous conduire dans toute la vérité* » (Jean 16-13). C'est au travers de Son Esprit que Dieu se révèle à nous désormais. C'est pourquoi il est difficile de comprendre quelque chose de la Bible quand on n'est pas rempli du Saint-Esprit.

3- Méditer avec humilité. Quand vient l'heure de méditer, il faut ôter son manteau d'orgueilleux qui sait tout, de « super spirituel » et se calmer pour recevoir de Dieu. Même s'il s'agit d'un verset que vous avez déjà lu et médité une bonne centaine de fois, le Seigneur peut encore vous dire quelque chose de nouveau en cette occasion. Mais le Seigneur résiste aux orgueilleux, Il ne fait grâce, donc ne Se révèle, qu'aux humbles de cœur (Jacques 4-6 ; 1 Pierre 5-5). Si donc vous venez dans sa présence avec des préjugés et des idées préconçues, vous ne recevrez rien.

4- Ne pas chercher quelque chose mais quelqu'un. Lorsque nous nous engageons dans la méditation de la Parole, nous ne devons pas chercher quelque chose, mais quelqu'un, Dieu. Jean 1-1 nous apprend que la Parole est Dieu. Généralement, nous méditons par intérêt, selon nos challenges du moment, pour découvrir une solution (quelque chose). Sachez que nous méditons d'abord pour découvrir Dieu. Dès que nous sommes dans Sa présence, tous nos jougs sont

brisés. Lorsqu'on a Dieu, on a tout. Dieu se révèle à ceux qui Le cherchent Lui. Méditer, c'est d'abord chercher Dieu.

5- La Bible ne se lit pas, elle s'écoute. Méditer la Bible, c'est tendre l'oreille à l'esprit. Nous méditons souvent la Bible comme nous ferions avec un ouvrage quelconque dont l'auteur ne vit plus, pour nous éclairer sur ses idées. On essaie dès lors de se débrouiller pour comprendre ce qu'il aurait voulu dire, vu qu'il n'y a plus aucun moyen de lui demander directement. Mais Dieu n'est pas mort, Il vit éternellement. Alléluia ! On peut donc à tout moment Lui demander par le Saint-Esprit ce qu'Il veut dire dans tel ou tel autre passage biblique. A cette étape, la méditation tend vers une forme de prière où l'on converse avec Dieu par le Saint-Esprit. N'hésitez donc pas à vous arrêter et à demander au Saint-Esprit la révélation qui se cache derrière telle ou telle affirmation.

6- Aller au rythme de Dieu. On ne peut pas tout comprendre en un seul et même temps. Il y a des versets que l'on médite et qu'on ne peut comprendre tout de suite malgré toute notre bonne foi. C'est une question de niveau ou de maturité spirituelle. Après survient un fait par lequel le Saint-Esprit nous rappelle le passage que nous avons médité sans vraiment comprendre et nous en donne la révélation. Allons au rythme de Dieu. Tout ne se comprend pas en un jour et ce n'est pas une raison pour se décourager. Faisons confiance au Seigneur, Il sait le moment adéquat pour nous révéler tel ou tel aspect de Sa Parole.

Le lien entre la prière et la méditation

Prier et méditer sont deux pratiques spirituelles intimement liées, mais distinctes dans leur nature :

1. Prier : Parler à Dieu - La prière est un dialogue avec Dieu. On lui parle, on l'écoute, on l'adore, on intercède, on confesse, on remercie. Elle exprime notre relation vivante avec Lui, notre dépendance, nos besoins, nos louanges. Exemple : Jésus priait souvent seul (Luc 5 :16) ; le "Notre Père" (Matthieu 6 :9-13) est un modèle de prière.

2. Méditer : Écouter Dieu - Méditer, c'est se poser avec la Parole de Dieu, l'écouter en silence, la ruminer dans son cœur pour en saisir la profondeur et en tirer une nourriture spirituelle. Ce n'est pas un simple exercice intellectuel, mais une rencontre intérieure avec Dieu à travers sa Parole. Exemple : "*Je médite tes ordonnances, j'ai tes sentiers sous les yeux.*" (Psaume 119 :15)

En résumé, méditer, c'est écouter Dieu parler ; prier, c'est lui répondre. La méditation nourrit la prière : en méditant la Parole, notre cœur se remplit de ce que Dieu pense, veut, aime... et cela nous pousse à prier selon Sa volonté. La prière ouvre à la méditation : en priant, nous demandons à Dieu de nous parler... et Il le fait souvent par Sa Parole.

Le jeûne et la prière

Le jeûne est défini, de manière générale, comme une abstention volontaire ou non d'aliments nutritifs solides et/ou liquides. Dans la Bible, le jeûne et la prière sont souvent liés comme une manière puissante de rechercher Dieu avec intensité.

Pourquoi jeûner et prier ?

Les chrétiens font le jeûner et prière pour diverses raisons : Chercher la face de Dieu (2 Chroniques 20 :3-4), recevoir direction divine (Actes 13 :2-3), rechercher la guérison ou la délivrance (Esdras 8 :21-23/ Marc 9 :29), exprimer la repentance (Jonas 3 :5-10), soumettre une supplication spécifique à Dieu, préparer un ministère ou une mission (Matthieu 4 :1-2), etc.

C'est dire que le jeûner et prière permet de : Rapprocher de Dieu, affermir la foi, ouvrir la voie à des percées, briser les chaînes spirituelles (Ésaïe 58 :6), etc.

Les différents types de jeûne mentionnés dans la Bible :

Il existe de nombreux types de jeûne dans la Bible, diverses raisons de jeûner et différentes durées de jeûne. Tous sont importants et bons à mentionner lorsque nous jeûnons pour nous rapprocher de Dieu. Jeûner sans prière est inutile (le temps passé à manger ou à profiter d'autres choses serait plutôt consacré à la prière et à la consécration. C'est ce qui rend le jeûne biblique différent des autres types de jeûne.

- Le jeûne d'Esther : Un jeûne de 3 jours pour la délivrance (Esther 4 :14-17).
- Le jeûne de Daniel : Un jeûne de 21 jours (Daniel 10 :2-3).
- Le jeûne de 40 jours : Comme celui de Moïse ou de Jésus (Exode 34 :28 ; Matthieu 4 :2).
- Le jeûne du jour des Propitiations : Prescrit par la Loi pour la nation d'Israël (Lévitique 16 :29-31).
- Le jeûne communautaire : Praticué par la communauté dans des moments spécifiques ou de crise.

Ces jeûnes ont des significations et des contextes variés dans les Écritures.

1. Jeûne total (sans nourriture ni eau)

- Exemples : Moïse (Exode 34 :28), Esther et les Juifs (Esther 4 :16)
- Durée : Généralement 1 à 3 jours (Esther) ou 40 jours (Jésus, Moïse).
- Particularité : À faire avec précaution, car physiquement exigeant

2. Jeûne partiel (restriction de certains aliments)

- Exemple : Daniel (Daniel 10 :2-3)
- Il n'a consommé ni viande, ni vin, ni mets délicats.
- Durée : Généralement 1 à 3 jours/ Consécration prolongée (souvent 21 jours)

3. Jeûne de jour (du lever au coucher du soleil)

- Principe : Ne rien manger de l'aube au soir
- Référence implicite : Juges 20 :26 ; 2 Samuel 1 :12
- Courant dans les pratiques juives et adapté aux jeûnes réguliers

4. Jeûne de 40 jours (avec nourriture limitée ou miraculeux)

- Exemples : - Jésus : Matthieu 4 :2/ Moïse : Deutéronome 9 :9/ Élie : 1 Rois 19 :8
- NB : Ces jeûnes sont souvent soutenus surnaturellement.

5. Jeûne collectif (national ou communautaire)

- Exemples : Ninive (Jonas 3 :5-10), Israël (2 Chroniques 20 :3-4)
- Objectif : Détresse nationale, repentance, prière commune

6. Jeûne privé (dans le secret)

- Référence : Matthieu 6 :16-18
- But : Approfondir la relation personnelle avec Dieu, sans ostentation

7. Jeûne spirituel « de justice » (Ésaïe 58)

- Ce type de jeûne va au-delà de la privation : il appelle à libérer les opprimés, nourrir les affamés, faire le bien (Ésaïe 58 :6-7).

Comment pratiquer le jeûne et prière ?

Voici un guide simple et biblique pour bien pratiquer le jeûne et la prière :

1. Se préparer spirituellement

- Demande au Saint-Esprit de te guider : Pourquoi je jeûne ? (Repentance, direction, délivrance, intercession...)
- Examine ton cœur : pardonne à ceux qui t'ont offensé (Marc 11 :25).
- Choisis un moment favorable (pas en période de fatigue extrême ou de traitement médical).

2. Choisir le type de jeûne

- Jeûne total (sans nourriture ni boisson – Ex : Esther 4 :16)
- Jeûne partiel (abstention de certains aliments - ex : Daniel 10 :3)
- Jeûne intermittent (ex : de 6h à 18h, avec prière régulière)
- etc.

3. Organiser ses temps de prière et méditation

- Prévois plusieurs moments de prière dans la journée (matin, midi, soir).
- Lis la Bible (choisis une référence centrale ou choisir un passage par jour à méditer).
- Note ce que Dieu te révèle.
- Adore, loue, rends grâce, intercède.

4. Avoir une attitude correcte

- Sois discret (Matthieu 6 :16-18) : pas besoin d'annoncer ton jeûne.
- Sois humble et disponible à Dieu.
- Ne jeûne pas pour faire comme les autres ou bien pour manipuler Dieu, mais pour t'aligner à sa volonté.

5. Rompre le jeûne (avec sagesse)

- Commence par de l'eau tiède et des aliments légers.
- Garde l'esprit de prière même après le jeûne.

Quelques Conseils pratiques ou astuces sur le jeûne et prière :

- Toujours prier quand on jeûne.
- Avoir un objectif clair.
- Jeûner avec un cœur sincère (Matthieu 6 :16-18).
- Préparer son cœur : pardon, humilité, méditation.
- Prépare un carnet pour noter les sujets de prière et les réponses.
- Utilise les références bibliques, les promesses divines, les psaumes ou les prières bibliques comme base.
- Mets-toi à l'écart, si possible (lieu calme). Évite les distractions (téléphone, réseaux sociaux,

télévision, passe-temps favoris, bruit).

Prière et persévérance (même et surtout dans l'épreuve) : L'engagement chrétien expose parfois à la fatigue, à l'incompréhension, à la solitude. La prière est alors un refuge, une source de renouvellement. Elle permet de tenir bon, de garder la vision, de rester fidèle.

La prière et l'engagement ne s'opposent pas : ils se nourrissent mutuellement. Prier sans agir, c'est rester au seuil. Agir sans prier, c'est risquer de s'égarer. Ensemble, ils forment le cœur battant de la vie chrétienne.

“Montre-moi ta foi sans les œuvres, et moi je te montrerai ma foi par mes œuvres.” — Jacques 2 :18

Prier en servant : L'engagement chrétien — qu'il soit humanitaire, pastoral, éducatif ou social — peut devenir prière en acte. Servir avec amour, avec patience, avec foi, c'est prier avec ses mains, ses pieds, son cœur. Chaque geste devient offrande

Témoignage : Un infirmier chrétien raconte comment il commence chaque journée par une prière silencieuse, demandant à Dieu de bénir ses soins et de toucher les vies à travers lui.

Chapitre 5 : Les obstacles à l'exaucement des prières

La prière est un moyen puissant d'entrer en relation avec Dieu, mais aussi un combat. Certains obstacles peuvent l'affaiblir, la retarder ou même la rendre inefficace. Dieu n'est jamais sourd à notre voix, mais certains blocages viennent de notre cœur, nos attitudes ou nos situations. Même les croyants les plus fervents traversent des saisons où prier devient difficile. Reconnaître ces obstacles, c'est déjà commencer à les surmonter.

Voici quelques obstacles fréquents tirés de la bible :

Le péché non confessé

Le péché entretient une barrière entre nous et Dieu. Exemple : cacher une mauvaise conduite, entretenir une double vie, garder rancune ou vivre dans une relation immorale/malhonnête sans chercher la réconciliation.

« *Si j'avais conçu l'iniquité dans mon cœur, le Seigneur ne m'aurait pas exaucé* » (Psaume 66 :18).

Le manque de pardon

Un cœur rempli d'amertume ou de rancune peut bloquer la prière. Refuser de pardonner à un proche malgré des efforts de réconciliation.

« *Si vous ne pardonnez pas aux hommes, votre Père ne vous pardonnera pas non plus* » (Matthieu 6 :15).

La mauvaise motivation

La motivation derrière la prière importe. Si la prière est motivée par la jalousie, l'égoïsme ou des désirs impurs, Dieu peut ne pas répondre. « *Vous demandez, et vous ne recevez pas, parce que vous demandez mal* » (Jacques 4 :3).

Exemple : Demander des bénédictions matérielles uniquement pour impressionner, dominer les autres, ou pour satisfaire un besoin malsain.

Le doute ou l'incrédulité

Le doute peut s'immiscer subtilement : Prier sans croire que Dieu peut agir ou sans croire que Dieu peut vraiment intervenir dans une situation difficile.

« *Qu'il demande avec foi, sans douter... un tel homme ne recevra rien du Seigneur* » (Jacques 1 :6-7).

Dans la Bible, Job, David et même les disciples ont douté — mais ils ont continué à parler à Dieu. « *Je crois ! Viens au secours de mon incrédulité.* » — Marc 9 :24

Les conflits relationnels

Les tensions non résolues peuvent affecter notre vie spirituelle. Exemple : dispute persistante, dureté envers un proche.

« *Maris, vivez avec vos femmes en tenant compte de votre union, afin que rien ne fasse obstacle à vos prières* » (1 Pierre 3 :7).

La négligence spirituelle

Vivre sans discipline spirituelle éteint la vie de prière. Parfois, il arrive que l'on se sente vide, épuisé, comme si les mots ne venaient plus. Prier peut devenir mécanique, répétitif, sans vie. On récite sans ressentir. Exemple : routine sans prière, distraction constante, fatigue spirituelle.

C'est souvent dans ces moments que Dieu agit en silence. La prière ne dépend pas de notre énergie, mais de notre fidélité. Même une prière silencieuse, un soupir, un regard vers le ciel, etc.

“L'Esprit lui-même intercède pour nous par des soupirs inexprimables.” — Romains 8 :26

Pour raviver la flamme, il faut parfois changer de rythme : lire un psaume à voix haute, chanter, écrire sa prière, ou simplement rester en silence devant Dieu. La variété nourrit la profondeur. « *Veillez et priez* » (Matthieu 26 :41).

La distraction

Dans un monde saturé de bruit, de notifications et de sollicitations, il est difficile de se recueillir. On commence à prier, puis l'esprit vagabonde vers les tâches à faire, les soucis du jour ou les pensées inutiles. La solution n'est pas de fuir le monde, mais de créer des espaces sacrés : un coin de prière, un moment fixe, une respiration intérieure.

La culpabilité

Certains évitent la prière parce qu'ils se sentent indignes : un péché non confessé, une chute, une distance avec Dieu. Mais la prière est justement le lieu du pardon, de la restauration. Dieu ne demande pas la perfection, mais la sincérité. Il est le Père qui attend le retour du fils prodigue.

L'indifférence ou la tiédeur spirituelle

Un cœur tiède ou distant n'est pas enclin à une prière fervente. Dieu désire un cœur passionné. Exemple : Ne prier que par habitude, sans sincérité ni attente réelle ou bien le refus d'écouter et de mettre en pratique la parole de Dieu (Pr 28 :9 ; 1 Jn 3 :22 ; cf. Za 7 :11-13) ; *"Je connais tes œuvres... tu n'es ni froid ni bouillant."* – Apocalypse 3 :15-16

Dieu veut nous entendre et répondre, mais Il cherche aussi des cœurs sincères, humbles, et alignés avec Sa volonté. Veillons à purifier nos cœurs, à pardonner, à croire, et à prier avec foi et persévérance.

Les obstacles à la prière ne sont pas des murs infranchissables, mais des invitations à creuser plus loin. Dieu ne cherche pas des prières parfaites, mais des cœurs ouverts. Chaque difficulté peut devenir un lieu de rencontre, une occasion de transformation. Reconnaître les obstacles à la prière est une étape vers une vie spirituelle plus profonde et sincère. En confessant nos fautes, en renouvelant notre foi, et en alignant notre cœur avec Dieu, nous ouvrons grand les portes du ciel.

Chapitre 6 : L'exaucement des prières

Dieu répond-il toujours à nos prières ?

- Oui, Dieu répond toujours aux prières de ses enfants.
- Cependant, ce n'est pas toujours la réponse souhaitée que l'on reçoit, et la réponse ne vient pas toujours aussi vite que l'on voudrait.

Dieu répond toujours à nos prières

Le passage le plus souvent cité sur l'exaucement des prières est Jean 14 :12-14 : « *En vérité (...) tout ce que vous demanderez en mon nom, je le ferai, afin que le Père soit glorifié dans le Fils. Si vous demandez quelque chose en mon nom, je le ferai* ».

Récit : Anne, la mère de Samuel (Référence : 1 Samuel 1)

Anne, femme d'Elkana, souffrait de stérilité et vivait dans une profonde détresse. Chaque année, elle montait au sanctuaire de Silo pour prier. Un jour, elle versa son cœur devant Dieu, priant avec larmes et promettant que si Dieu lui donnait un fils, elle le consacrerait à Lui. Dieu entendit sa prière et lui donna un fils, Samuel, qui devint un grand prophète. « *C'était pour cet enfant que je priais, et l'Éternel a exaucé la prière que je lui adressais.* » — 1 Samuel 1:27

Ce récit montre que Dieu ne reste pas sourd à la douleur sincère de ses enfants.

Récit : Pierre libéré de prison par la prière de l'Église (Référence : Actes 12:1-17)

Le roi Hérode avait fait arrêter l'apôtre Pierre, le gardant sous haute surveillance avec l'intention de le faire juger publiquement. Pendant ce temps, l'Église priait instamment pour lui. « *Pierre donc était gardé dans la prison; et l'Église priait Dieu avec ardeur pour lui.* » — Actes 12:5. Une nuit, un ange du Seigneur apparut dans la cellule. Les chaînes tombèrent, les portes s'ouvrirent, et Pierre fut miraculeusement conduit hors de la prison. « *Maintenant je sais réellement que le Seigneur a envoyé son ange et m'a délivré de la main d'Hérode...* » — Actes 12:11

Ce récit montre que la prière fervente de la communauté peut déclencher des interventions divines puissantes, même face à l'oppression ou à l'impossible.

Voici une sélection de passages bibliques puissants qui évoquent cette réalité spirituelle :

- ✓ Ésaïe 65 :24 : « *Avant qu'ils m'invoquent, je répondrai ; avant qu'ils aient cessé de parler, j'exaucerai.* »
- ✓ Jérémie 33 :3 : « *Invoque-moi, et je te répondrai ; je t'annoncerai de grandes choses, des choses cachées que tu ne connais pas.* »
- ✓ Psaume 37 :4 : « *Fais de l'Éternel tes délices, et il te donnera ce que ton cœur désire.* »
- ✓ Matthieu 18 :19 : « *Si deux d'entre vous s'accordent sur la terre pour demander une chose quelconque, elle leur sera accordée par mon Père qui est dans les cieux.* »
- ✓ Matthieu 7 :7 : « *Demandez, et l'on vous donnera ; cherchez, et vous trouverez ; frappez, et l'on vous ouvrira.* »
- ✓ Marc 11 :24 : « *Tout ce que vous demanderez en priant, croyez que vous l'avez reçu, et vous le verrez s'accomplir.* »
- ✓ Jean 15 :7 : « *Si vous demeurez en moi, et que mes paroles demeurent en vous, demandez ce que vous voudrez, et cela vous sera accordé.* »
- ✓ Jean 14 :14 : « *Si vous demandez quelque chose en mon nom, je le ferai.* »

- ✓ 1 Jean 5 :14-15 : « *Nous avons auprès de lui cette assurance, que si nous demandons quelque chose selon sa volonté, il nous écoute.* »
- ✓ Jacques 5 :16 : « *La prière fervente du juste a une grande efficace.*

Ces paroles sont des promesses vivantes qui montrent que l'exaucement est lié à la foi, à la persévérance, à la volonté divine et à la communion avec Dieu ; Elles ne garantissent pas que Dieu répond toujours selon nos attentes, mais elles assurent qu'Il répond avec sagesse, amour et fidélité

Il faut bien comprendre ce que veut dire "demander au nom de Jésus". Demander "au nom de Jésus" signifie que ce que vous demandez est en accord avec la volonté de Jésus pour vous, et cela vous sera accordé - mais pas toujours immédiatement ! Si vous demandez quelque chose sans connaître la volonté de Dieu dans ce domaine (santé, études, métier, etc.) il faut être prêt à accepter Sa volonté, même si elle est contraire à la nôtre. Dieu sait ce qui est bon pour vous et qui est souvent caché à vos yeux.

Un mystère profond de la foi : le silence de Dieu, le délai ou la réponse inattendue.

La Bible ne cache pas ces moments de tension spirituelle, où l'homme crie, attend, doute... et pourtant persévère. En effet, dans notre vie quotidienne, nous aimerions souvent que Dieu réponde clairement, rapidement, comme un interlocuteur direct.

Quand Dieu tarde à répondre

- ✓ Habacuc 2 :3 : « *Car c'est une prophétie dont le temps est déjà fixé ; elle marche vers son terme, et elle ne mentira pas. Si elle tarde, attends-la, car elle s'accomplira, elle s'accomplira certainement.* »
- ✓ Psaume 13 :1-2 : « *Jusques à quand, Éternel ? M'oublieras-tu sans cesse ? Jusques à quand cacheras-tu ta face ?* »
- ✓ Jean 11 :6 : Jésus attend deux jours avant d'aller vers Lazare, bien qu'il sache qu'il est malade. Le délai prépare un miracle plus grand.
- ✓ Daniel 10 :12-13 : L'ange révèle que la réponse à la prière de Daniel a été retardée par un combat spirituel : « *Le prince du royaume de Perse m'a résisté vingt et un jours...* »

Quand Dieu ne répond pas comme on l'espère

- ✓ 2 Corinthiens 12 :8-9 : Paul supplie Dieu de lui ôter une « écharde » : « *Trois fois j'ai prié... et il m'a dit : Ma grâce te suffit.*
- ✓ Jacques 4 :3 : « *Vous demandez, et vous ne recevez pas, parce que vous demandez mal, dans le but de satisfaire vos passions.* »
- ✓ Ésaïe 55 :8-9 : « *Mes pensées ne sont pas vos pensées, et vos voies ne sont pas mes voies* »
- ✓ Psaume 66 :18 : « *Si j'avais conçu l'iniquité dans mon cœur, le Seigneur ne m'aurait pas exaucé.* »
- ✓ Jean 9 :31 : « *Dieu n'exauce point les pécheurs ; mais si quelqu'un l'honore et fait sa volonté, c'est celui-là qu'il exauce.* »

Quand Dieu semble se taire

Le silence de Dieu est l'un des mystères les plus poignants et spirituellement profonds de la Bible. Il ne s'agit pas d'un oubli, mais souvent d'un espace sacré où la foi est mise à l'épreuve,

affinée, purifiée. Voici quelques récits bibliques puissants et versets évocateurs qui illustrent ce silence :

Récits bibliques où Dieu semble se taire

Job : Job perd tout : ses enfants, ses biens, sa santé. Il crie à Dieu, questionne, mais ne reçoit aucune réponse pendant de longs chapitres. Dieu finit par lui répondre, non par des explications, mais par une révélation de Sa grandeur (Job 38–42). Le silence devient un lieu de transformation intérieure.

Jésus au jardin de Gethsémani

- Jésus prie avec angoisse : « *Que cette coupe s'éloigne de moi...* » (Matthieu 26 :39). Le Père ne répond pas directement. Le silence précède la croix, mais aussi la résurrection.
- Le cri sur la croix : « *Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ?* » (Psaume 22 :1 / Matthieu 27 :46). Ce cri est à la fois douleur et confiance. Jésus cite un psaume qui commence dans l'abandon mais se termine dans la louange.

Élie à l'Horeb : Après une longue marche, Élie attend une manifestation divine. Dieu ne se révèle ni dans le feu, ni dans le tremblement de terre, mais dans un souffle ténu (1 Rois 19 :11–13). Le silence devient le lieu d'une parole discrète, intime, qui redonne mission.

Versets sur le silence et l'attente

- Psaume 13 :1 : « *Jusques à quand, Éternel ? M'oublieras-tu sans cesse ?* »
- Habacuc 1 :2 : « *Jusqu'à quand, Seigneur, crierai-je sans que tu entendes ?* »
- Ésaïe 45 :15 : « *Certainement, tu es un Dieu qui se cache...* »
- Psaume 22 :3 : « *Mon Dieu, je t'appelle tout le jour, et tu ne réponds pas.* »
- Lamentations 3 :26 : « *Il est bon d'attendre en silence le secours de l'Éternel.* »

Sens spirituel du silence de Dieu face à nos prières

Le silence de Dieu dans la Bible n'est jamais vide : il est souvent épreuve, gestation, ou révélation voilée. En effet, selon Catholicus.eu et La Boutique des Chrétiens (en ligne), le silence de Dieu est souvent :

- Une épreuve de foi : Dieu nous invite à croire sans voir.
- Un temps d'attente fertile : comme une terre en jachère avant la moisson.
- Une forme de communication divine : subtile, discrète, mais puissante.

1. Le silence comme épreuve de foi

Job :

Comme mentionné ci-dessus, Job perd tout et crie à Dieu sans réponse immédiate (Job 3–37).

- Le silence devient un creuset : « *L'épreuve de votre foi produit la patience* » (Jacques 1 :3).
- Dieu finit par lui répondre, non par des explications, mais par une vision de Sa grandeur (Job 38–42).

Abraham

- Dieu promet un fils, mais le silence dure des années (Genèse 12 à 21).
- Abraham croit malgré tout : « *Cela lui fut imputé à justice* » (Romains 4 :20–22).

David : Dans les Psaumes, David exprime souvent son désarroi : « *Jusques à quand, Éternel ? M'oublieras-tu sans cesse ?* » (Psaume 13 :1). Mais il termine par : « *Moi, j'ai confiance en ta bonté* » (Psaume 13 :5).

2. Le silence comme temps d'attente fertile

Habacuc

- Le prophète crie face à l'injustice : « *Jusqu'à quand, Seigneur, crierai-je sans que tu entendes ?* » (Habacuc 1 :2)
- Dieu répond : « *La vision attend son terme... elle s'accomplira certainement* » (Habacuc 2 :3).

Lamentations 3 :26

- « *Il est bon d'attendre en silence le secours de l'Éternel.* »
- Le silence devient un lieu d'espérance, non d'abandon.

Jésus dans le tombeau

- Trois jours de silence entre la croix et la résurrection.
- Ce silence est une gestation cosmique : la vie nouvelle se prépare dans l'ombre.

3. Le silence comme forme de communication divine

Élie à l'Horeb (1 Rois 19 :11–13)

- Dieu ne se manifeste ni dans le feu, ni dans le tremblement de terre, mais dans un souffle ténu.
- Le silence devient langage subtil, intime, porteur de mission.

Psaume 46 :10

- « *Arrêtez, et sachez que je suis Dieu.* »
- Le silence est invitation à la contemplation, à la reconnaissance de Dieu dans le calme.

Ésaïe 55 :8–9

- « *Mes pensées ne sont pas vos pensées...* »
- Dieu parle parfois par le non-dit, par l'inattendu, par le mystère.

Dieu n'est pas un distributeur automatique, et Il ne parle pas toujours avec éclat. Il se tait parfois, et ce silence devient alors un langage à part entière. Le silence de Dieu n'est pas son absence. Il est souvent un test sacré, une gestation invisible, ou une parole sans mots. La foi chrétienne nous apprend à habiter ce silence avec patience. Le silence de Dieu nous invite à écouter autrement. Il nous pousse à grandir en liberté, à purifier nos intentions, à chercher Dieu pour lui-même et non seulement pour ses réponses.

Conclusion générale

La prière est bien plus qu'un devoir spirituel : elle est une rencontre, une respiration, une transformation. À travers ce livre, nous avons exploré ses fondements, ses formes, ses défis et sa puissance. Mais surtout, nous avons redécouvert que Dieu est proche, accessible, et infiniment aimant.

Que ce livre soit pour toi un tremplin, pas une destination. Que chaque page t'ouvre à une vie de prière plus profonde, plus libre, plus incarnée. Et que ton cœur devienne un autel vivant, où Dieu vient chaque jour déposer sa paix, sa lumière et son amour.

Continue à prier. Continue à espérer. Continue à aimer.

La prière ne se termine pas avec ce guide. Elle commence.
Elle devient souffle quotidien, lumière intérieure, lien vivant avec Dieu.
Cette conclusion est une invitation : à continuer, à approfondir, à transmettre.
Que ta vie devienne prière. Que ta prière devienne vie.

« *Que tout ce qui respire loue l'Éternel.* » (Psaume 150 :6)

Nous avons parcouru un chemin.

De la parole à la présence,

Du désir à la communion,

De la pratique à la transformation.

Dieu de la vie, fais de notre cœur un sanctuaire, de nos gestes une liturgie, de notre souffle une louange.

Que ce guide soit semence, et que notre prière devienne offrande.

Amen.

ANNEXES

Les annexes permettent de prolonger l'expérience de lecture avec des ressources concrètes et pratiques.

Prières bibliques :

- **La prière du "Notre Père"**
- La prière d'Anne (1 Samuel 2)
- La prière de David (Psaume 51)
- La prière de Jésus à Gethsémané (Luc 22 :42)

La prière du "Notre Père"
(Matthieu 6 :9-13)

*“Notre Père, qui es aux cieux,
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 à ceux qui nous ont offensés,
Ne nous laisse pas entrer en tentation,
Mais délivre-nous du mal.
Amen.”*

Modèles de prières :

Prière du matin - “Je me lève avec toi”

“Éternel, le matin tu entends ma voix ; le matin je me tourne vers toi.” — Psaume 5 :4

Seigneur mon Dieu,
Merci pour ce jour nouveau, ce souffle de vie que tu m'accordes encore.
Avant que je ne sorte à la porte de ma chambre (ma maison), je viens à toi,
Toi qui es mon refuge, ma lumière, ma force.
Je te confie cette journée : Mes pensées, mes paroles, mes décisions, mes rencontres.
Que ton Esprit me guide dans la paix, la sagesse et la vérité.
Que je sois un instrument de ton amour,
Un témoin de ta grâce dans tout ce que je fais.
“Fais-moi connaître ta voie, Éternel ; enseigne-moi tes sentiers.” — Psaume 25 :4

Protège ceux que j'aime,
Fortifie ceux qui souffrent,
Console ceux qui pleurent,
Et attire à toi ceux qui te cherchent en silence.
Je dépose devant toi mes activités, mes projets, mes inquiétudes, mes combats.
Je choisis de marcher avec foi,
Car tu es fidèle, et ton amour ne faillit jamais.
“Voici, Dieu est ma délivrance ; je serai plein de confiance, et je ne craindrai rien.” — Ésaïe 12 :2

Merci pour ta présence qui m'accompagne,
Du lever du soleil jusqu'à son coucher.
Je t'élève, je t'adore, je t'appartiens.

Au nom de Jésus-Christ,
Amen.

Prière du soir – “Je remets ma nuit entre tes mains”

“Je me couche, et je m'endors en paix, car toi seul, ô Éternel, tu me fais reposer en sécurité.”
— Psaume 4 :9

Seigneur mon Dieu,
La journée s'achève, et je viens à toi avec un cœur reconnaissant.
Merci pour ta présence fidèle, pour les bénédictions visibles et invisibles,
Pour les forces reçues, les épreuves traversées, les rencontres vécues.
Je te confie ce que j'ai accompli,
Et je dépose ce que je n'ai pas pu faire.
Je te remets mes joies, mes peines, mes doutes, mes espoirs.
Purifie mes pensées, apaise mon esprit,
Et couvre ma maison de ta paix.
Car : *“Tu garderas dans une paix parfaite l'esprit qui s'appuie sur toi.”* — Ésaïe 26 :3

Si j'ai blessé, pardonne-moi.
Si j'ai été blessé, guéris-moi.
Si j'ai manqué de foi, renouvelle-moi.
Je veux m'endormir dans ta lumière,
Et me réveiller dans ta volonté.
Protège ceux qui veillent cette nuit,
Console ceux qui pleurent,
Fortifie ceux qui prient dans le silence.
Que ta paix règne sur la terre,
Et que ton amour veille sur chacun de nous.

“L'Éternel est mon berger : je ne manquerai de rien... Même quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, je ne crains aucun mal, car tu es avec moi.” — Psaume 23

Je m'abandonne à toi,
Et je repose en toi.

Au nom de Jésus-Christ,
Amen.

Méditation-prière : “Que ta volonté soit faite” (Matthieu 6 :10)

Notre Père qui est aux cieux,
Me voici devant toi, tel que je suis (Hébreux 4 :16).
Je ne veux pas t'imposer ma volonté, mais m'unir à la tienne,

Car je sais qu'elle est bonne, agréable et parfaite (Romains 12 :2).
 Tu vois plus loin que moi, tu connais ce que je ne comprends pas (Ésaïe 55 :8-9).
 Apprends-moi à te faire confiance, même dans l'attente (Psaume 27 :14),
 Même dans le silence (Lamentations 3 :26).

Si ce que je demande n'est pas ton plan, alors transforme mon cœur (Ézéchiel 36 :26).
 Donne-moi la paix quand tu dis "non" (Jean 14 :27),
 La patience quand tu dis "pas encore" (Galates 5 :22),
 Et la reconnaissance quand tu dis "oui" (1 Thessaloniens 5 :18).

Que je ne sois pas conduit par la peur (2 Timothée 1 :7),
 Ni par l'impatience de mes désirs,
 Mais que ton Esprit m'apprenne à marcher dans l'obéissance (Galates 5 :25).
 Comme Jésus-Christ à Gethsémané,
 Je veux prier avec confiance : "Non pas ma volonté, mais la tienne" (Luc 22 :42).

Père, ton amour me suffit (Psaume 63 :4),
 Et je crois que même ce que je ne comprends pas,
 Tu le transformes pour mon bien (Romains 8 :28).
 Que ma vie entière devienne une prière d'abandon et de confiance.

Au nom de Jésus-Christ, je t'ai ainsi prié.
 Amen.

Prière d'action de grâce

Seigneur mon Dieu,
 Je viens devant toi avec un cœur rempli de gratitude.
« Rendez grâces en toutes choses, car c'est à votre égard la volonté de Dieu en Jésus-Christ. »
 (1 Thessaloniens 5 :18)

Merci pour le souffle de vie, pour ta fidélité chaque matin.
« Les bontés de l'Éternel ne sont pas épuisées, ses compassions ne prennent pas fin ; elles se renouvellent chaque matin. » (Lamentations 3 :22-23)

Merci pour les bénédictions visibles et invisibles,
 Pour les portes que tu as ouvertes, et celles que tu as fermées pour me protéger.
« Voici, j'ai mis devant toi une porte ouverte, que personne ne peut fermer. » (Apocalypse 3 :8)

Je te rends grâce pour ta présence constante,
 Pour ton amour qui ne faillit jamais,
« Car il a dit : Je ne te délaisserai point, et je ne t'abandonnerai point. » (Hébreux 13 :5)

Pour la paix que tu déverses dans mon cœur, même au milieu des tempêtes.
« Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ. » (Philippiens 4 :7)

Je te loue pour ta parole vivante,
« Ta parole est une lampe à mes pieds, et une lumière sur mon sentier. » (Psaume 119 :105)

Pour le Saint-Esprit qui me guide,
 « *Quand le Consolateur sera venu... il vous conduira dans toute la vérité.* » (Jean 16 :13)

Et pour la croix, où tu as tout accompli pour moi.
 « *Tout est accompli.* » (Jean 19 :30)

Reçois ma reconnaissance, ô Père,
 Et que ma vie soit un chant d'action de grâce chaque jour.
 « *Je t'offrirai un sacrifice d'actions de grâces, et j'invoquerai le nom de l'Éternel.* » (Psaume 116 :17)

Au nom de Jésus-Christ,
 Amen.

Prière de Louange

Éternel, au lever du jour,
 Mon âme s'éveille pour te bénir.
 Avant que le soleil ne brille,
 Ta lumière éclaire déjà mon cœur (Psaume 143 :8).

Tu es le Dieu de l'aurore,
 Celui qui renouvelle chaque matin sa fidélité (Lamentations 3 :22-23).
 Ma bouche s'ouvre pour te louer,
 Mes pensées s'élèvent vers ton trône.

Je te célèbre pour le souffle de vie,
 Pour la paix silencieuse de cette heure,
 Pour ta présence douce qui m'enveloppe,
 Comme une brise légère (1 Rois 19 :12).

Tu es digne, ô Seigneur,
 De recevoir mon adoration sans fin.
 Ma voix s'unit aux anges pour chanter :
 Saint, Saint, Saint est l'Éternel des armées ! (Ésaïe 6 :3)

Reçois ce matin mon offrande de louange.
 Sois exalté en moi,
 Marche avec moi tout au long de ce jour,
 Et que tout en moi glorifie ton Nom.

Par Jésus-Christ, mon Seigneur,
 Amen !

Prière de Louange du soir

Éternel mon Dieu,
 En cette fin de journée, je viens m'incliner devant toi.
 Tu es le Dieu qui guérit, le Dieu compatissant et fidèle (Exode 15 :26).
 Je te loue pour ton amour sans fin et ta main puissante qui restaure.

Merci pour la force que tu m'as donnée aujourd'hui,
 Même au milieu de la douleur, de la fatigue ou de l'inquiétude.
 Merci pour ta présence silencieuse mais constante,
 Pour les soins, les paroles, les gestes qui ont porté ma journée.

Je t'adore pour ta souveraineté :
 Tu es le Médecin suprême (Psaume 103 :3),
 Celui qui relève l'âme abattue et donne la vie à nos corps mortels (Romains 8 :11).

Ce soir, je remets entre tes mains mon corps, mon esprit et mes pensées.
 Viens toucher ce qui est blessé, affligé, troublé.
 Par la puissance du nom de Jésus, que toute maladie recule,
 Et que ta paix, comme un baume, envahisse tout mon être (Philippiens 4 :7).

Je te loue d'avance pour la guérison en marche,
 Pour la restauration que tu accomplis, même dans le silence de la nuit.
 Je m'endors dans la confiance, car tu veilles sur moi (Psaume 4 :9).
 Tu es mon refuge, mon espérance, mon salut.

Au nom de Jésus-Christ,
 Amen !

Prière de confession et de repentance

Seigneur mon Dieu,
 Je me tiens humblement devant Toi, conscient de ma faiblesse et de mes manquements.
 Je reconnais que j'ai péché contre Toi, en pensée, en parole, et en œuvre, par action et par omission. Oui mon Dieu, "*Si nous disons que nous n'avons pas de péché, nous nous séduisons nous-mêmes...*" (1 Jean 1 :8-10)
 Je confesse mes fautes — celles que je vois clairement et celles qui restent cachées à mon regard — car Tu es un Dieu qui connaît tout. "*Tu me sondes, ô Dieu, tu connais ma pensée...*" (Psaume 139 :1-4).

Pardonne-moi, Seigneur, pour mon orgueil, ma colère, mes doutes, mes négligences, et pour tout ce qui t'a déplu en moi.
 (Proverbes 28 :13 : "*Celui qui cache ses fautes ne prospère pas, mais celui qui les confesse et les délaisse obtient miséricorde.*")

Purifie mon cœur par le sang précieux de Jésus-Christ, lave moi complètement et renouvelle mon esprit. Comme tu l'as dit dans Ézéchiël 36 :26 : "*Je vous donnerai un cœur nouveau...*" (Hébreux 9 :14 : "*Que le sang de Christ... purifie notre conscience des œuvres mortes...*")
 Libère-moi des chaînes du péché qui m'entravent, et donne-moi la force de rompre avec les

habitudes mauvaises ; Car *"Notre vieil homme a été crucifié avec Jésus-Christ..."* (Romains 6 :6-7)

Je choisis aujourd'hui de me détourner de tout ce qui T'offense et de marcher dans ta lumière et ta vérité (Jean 8 :12 : *"Je suis la lumière du monde..."*)

Accorde-moi la sagesse divine pour discerner le bien du mal
(Jacques 1 :5 : *"Si quelqu'un manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu..."*)
Donnes-moi la force pour résister à la tentation, et la fidélité pour Te suivre sans faillir.
(1 Corinthiens 10 :13 : *"Aucune tentation ne vous est survenue..."*)

Merci, Père, pour ta miséricorde infinie, pour ton amour qui ne se lasse jamais, et pour ton pardon qui restaure et renouvelle.
(Éphésiens 1 :7 : *"En lui nous avons la rédemption..."*)
(Lamentations 3 :22-23 : *"Les bontés de l'Éternel ne sont pas épuisées..."*)

Je remets ma vie entre tes mains, confiant que tu me purifies et me transformes à ton image.
(2 Corinthiens 5 :17 : *"Si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature..."*)

Au nom puissant et précieux de Jésus-Christ,
Amen.

Prière de délivrance et d'ouverture des portes

Éternel, mon Dieu,
Toi qui sondes les cœurs et dévoiles les ténèbres,
Je viens à toi dans la détresse et l'espérance.
Brise les chaînes invisibles qui pèsent sur ma vie,
Et fais tomber les murailles dressées par la sorcellerie,
Même si elle vient de mon propre sang.
"Car les armes avec lesquelles nous combattons sont puissantes, par la vertu de Dieu, pour renverser des forteresses." — 2 Corinthiens 10 :4

Libère-moi de l'esprit de mort qui rôde depuis ma sœur défunte,
Qu'aucune ombre ne se glisse là où ta lumière veut régner.
Ô Seigneur, que tout esprit contraire à ta volonté soit vaincu
Et que ton souffle purifie chaque recoin de mon être.
"Je ne mourrai pas, je vivrai, Et je raconterai les œuvres de l'Éternel." — Psaume 118 :17
Je t'implore pour mon avenir professionnel —
Reprends les rênes, Éternel,
Restaure ce qui est brisé,
Ouvre devant moi une porte là où il n'y avait que des murs.

"Voici, j'ai mis devant toi une porte ouverte, que personne ne peut fermer." — Apocalypse 3 :8
Que la bénédiction coule comme un fleuve,
Et que toute forme d'échec ou de blocage soit renversée par ta puissance.
"L'Éternel te donnera la victoire sur tes ennemis... Ils sortiront contre toi par un seul chemin, et ils fuiront devant toi par sept chemins." — Deutéronome 28 :7

Je t'élève aussi ma maison, Seigneur :
 Que celui ou celle que tu as préparé(e) pour l'acquérir se manifeste,
 Et que cette transaction soit pour ta gloire.
"Tu posséderas des maisons que tu n'as point bâties." — Deutéronome 6 :11

Fais-moi voir, ô Dieu, que tu es le Dieu des retournements soudains.
 Ton nom est ma forteresse.
 Je me réfugie en toi,
 Et je te proclame, encore et encore,
 Comme le Dieu qui délivre, qui restaure, et qui bénit.
"Il change les temps et les circonstances, il renverse et il établit les rois... Il donne la sagesse aux sages." — Daniel 2 :21
"L'Éternel combattra pour vous, et vous, gardez le silence." — Exode 14 :14

Au Nom du Seigneur Jésus-Christ,

Amen.

Prière d'autorité, au nom de Jésus-Christ

Au nom puissant de Jésus-Christ, mon Seigneur et Sauveur,
 Je prends autorité sur toute peur, toute confusion, toute attaque spirituelle, toute oppression et toute œuvre de l'ennemi dans ma vie, ma famille et mon environnement.
 Je déclare que je suis l'enfant bien-aimé de Dieu, racheté et protégé par le sang précieux de Jésus-Christ.
 (Jean 1 :12 : *"Mais à tous ceux qui l'ont reçu, il a donné le pouvoir de devenir enfants de Dieu."*)

Je m'oppose à tout esprit de peur, d'anxiété, de doute ou de dépression, et je les renvoie dans le nom de Jésus.
 (2 Timothée 1 :7 : *"Car Dieu ne nous a pas donné un esprit de timidité, mais de puissance, d'amour et de sagesse."*)

Je proclame que toute arme forgée contre moi est sans effet, que toute langue qui se lève en justice contre moi sera condamnée.
 (Ésaïe 54 :17 : *"Aucune arme forgée contre toi ne réussira..."*)

Je prends autorité sur les esprits de maladie, d'accidents, d'échecs et de blocages. Je commande à ces forces de mal de quitter ma vie maintenant, au nom de Jésus.
 (Marc 16 :17-18 : *"Voici les signes qui accompagneront ceux qui auront cru... ils imposeront les mains aux malades, et les malades seront guéris."*)

Je proclame la paix parfaite de Dieu, qui garde mon cœur et mon esprit en Jésus-Christ.
 (Philippiens 4 :7 : *"Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Christ Jésus."*)

Je marche dans la lumière, la victoire et l'autorité que Christ m'a donnée, debout fermement sur la Parole de Dieu.
 (Luc 10 :19 : *"Voici, je vous ai donné le pouvoir de marcher sur les serpents et les scorpions... rien ne pourra vous nuire."*)

Je rejette toute oppression spirituelle, tout mal qui voudrait s'attacher à moi ou à ma famille, et je proclame la liberté et la protection divine.

(Jean 8 :36 : "*Si donc le Fils vous affranchit, vous serez réellement libres.*")

Que l'Esprit Saint remplisse mon cœur de force, de sagesse et de discernement pour continuer à avancer victorieux.

(Éphésiens 6 :10 : "*Au reste, fortifiez-vous dans le Seigneur...*")

Au nom de Jésus-Christ,
Je déclare victoire, paix, santé et protection.

Amen.

Prière de combat spirituel

Seigneur Dieu Tout-Puissant,

Toi qui règnes dans les cieus et qui fais trembler les puissances des ténèbres, je viens à Toi au nom puissant de Jésus-Christ, mon Sauveur, mon Libérateur et mon Rocher.

Je proclame que Tu es ma forteresse, mon refuge dans le jour de la détresse (comme il est écrit dans Jérémie 16 : 19 « *Éternel, ma force, et ma forteresse, et mon refuge au jour de la détresse !* »).

Ésaïe a dit : Aucune arme forgée contre moi ne prospérera (Ésaïe 54 :17), car je suis racheté par le sang de l'Agneau.

Seigneur, je me lève dans l'autorité du nom de Jésus, et je prends position contre tout esprit de sorcellerie, toute oppression maléfique venant des membres de ma famille, toute malédiction transmise ou entretenue. Je brise leurs chaînes par la puissance du sang de Jésus (Le livre de l'Apocalypse 12 : 11 dit : « *et eux l'ont vaincu à cause du sang de l'Agneau et à cause de la parole de leur témoignage ...* »).

Je déclare que tout esprit de mort invoqué contre moi ou ma maison est réduit au silence, que l'âme de ma sœur repose en paix selon Ta volonté, et qu'aucune invocation d'esprit des morts n'a de pouvoir sur moi. Car, O Dieu, mon Père céleste, tu as dit dans Deutéronome 18 : 10-12) : « *il ne se trouvera au milieu de toi ni sorcier, ni personne qui consulte les esprits, ni personne qui interroge les morts ; car quiconque fait ces choses est en abomination à l'Éternel ; et à cause de ces abominations, l'Éternel, ton Dieu, les dépossède devant toi.* »

Je me dresse contre les blocages, les malchances, les envoûtements, je les détruis par le feu du Saint-Esprit.

Tout esprit d'échec, de stagnation, d'oubli, soit lié maintenant et chassé au nom de Jésus. « *En vérité, je vous dis : Tout ce que vous lierez sur la terre sera lié dans le ciel, et tout ce que vous délierez sur la terre sera délié dans le ciel.* » (Matthieu 18 :18)

Je déclare que la faveur de Dieu repose sur moi (*Psaume 5 :13*).

Je déclare que les portes de l'emploi s'ouvrent devant moi, que tout esprit d'accident, d'attaque soudaine, de piège invisible est anéanti, car l'ange de l'Éternel campe autour de ceux qui Le craignent (Psaume 34 :7).

Au Nom du Seigneur Jésus-Christ,

Amen.

Prière de foi

Père céleste,
 Je ne regarde pas aux vents contraires,
 Ni aux tempêtes qui grondent autour de moi.
 Mon regard est fixé sur toi,
 L'auteur et le consommateur de ma foi.
 Tu es le Dieu qui appelle à l'existence
 Ce qui n'existait pas encore,
 Et moi, je crois — même si je ne vois pas encore.
"Or la foi est une ferme assurance des choses qu'on espère, une démonstration de celles qu'on ne voit pas." — Hébreux 11 :1
 Je proclame que tu es fidèle,
 Que tes promesses ne sont pas des illusions,
 Mais des fondations sur lesquelles je peux bâtir mon espérance.
"Dieu n'est pas un homme pour mentir, ni le fils d'un homme pour se repentir." — Nombres 23 :19
 Je crois que tu guéris.
 Je crois que tu ouvres les portes.
 Je crois que tu me délivres de tout lien, toute attaque, toute peur.
 Je crois que tu prépares un acheteur pour ma maison.
 Je crois que l'avenir que tu tisses est rempli de paix.
"Car je connais les projets que j'ai formés sur vous... projets de paix et non de malheur." — Jérémie 29 :11
 Même si tout semble figé,
 Même si les réponses tardent à venir,
 Je déclare que tu agis maintenant dans les coulisses,
 Et que le visible se soumettra à l'invisible.
 Je prends position par la foi.
 Je ne céderai ni à la peur ni à l'impatience.
 Car je suis un fils du Royaume,
 Et je marche selon ta Parole.

Dans le nom de Jésus-Christ,

Amen.

Prière de délivrance

Seigneur Tout-Puissant,
Je me tiens humblement devant Toi en ce moment, reconnaissant Ta souveraineté sur ma vie.
Tu es le Dieu qui libère, le refuge pour l'opprimé, le défenseur des faibles (Psaume 34 :17-18).
Je viens aujourd'hui (ce matin/à cette heure/ce soir) te demander la délivrance complète de tout ce qui me retient captive.

Au nom puissant de Jésus-Christ, je rejette et je brise toute chaîne spirituelle, tout joug d'oppression, toute influence démoniaque qui cherche à me lier ou à m'asservir (Luc 4 :18-19).
Je déclare que Jésus est le Seigneur de ma vie, que toute puissance adverse est vaincue par son sang précieux (Apocalypse 12 :11).

Seigneur, je te demande de me purifier de toute souillure spirituelle, de tout péché qui ouvre la porte à l'ennemi (1 Jean 1 :9).
Purifie mon cœur, renouvelle mon esprit, et remplis-moi de ton Esprit Saint (Éphésiens 5 :18).
Accorde-moi la sagesse et la force pour résister aux tentations, et protège-moi des attaques invisibles.

Je déclare que je suis libéré de toute peur, de toute anxiété, de tout doute qui me paralysent (2 Timothée 1 :7).
Je renonce à toute malédiction, à tout esprit d'infériorité, de rejet ou d'accablement (Galates 3 :13).

Je prends ma place dans la lumière de ton royaume, marchant chaque jour dans ta vérité et ta justice (Jean 8 :12).
Que ta paix, qui surpasse toute intelligence, garde mon cœur et mes pensées en Jésus-Christ (Philippiens 4 :7).

Merci, Père, pour ta fidélité et ta puissance à me délivrer.
Je proclame ta victoire sur ma vie, mon foyer, et mon avenir (1 Corinthiens 15 :57).
Reçois toute la gloire, l'honneur et l'adoration, car tu es mon Sauveur et mon Libérateur.

Au nom puissant de Jésus-Christ,
Amen.

Prière de délivrance

Père céleste,
Nous venons devant Toi, unis en famille, reconnaissant ta souveraineté et ton amour infini.
Tu es notre refuge et notre force, notre libérateur fidèle (Psaume 46 :1).

Au nom puissant de Jésus-Christ,
Nous proclamons ta victoire sur toute oppression, sur toute chaîne qui pourrait entraver notre vie ou notre foyer (Colossiens 1 :13-14).
Nous renonçons à toute influence maléfique, à toute peur, à toute inquiétude qui voudraient nous diviser ou nous affaiblir (2 Timothée 1 :7).

Seigneur, purifie chacun de nous, délivre nos cœurs, nos esprits et nos corps (1 Jean 1 :9).

Fortifie notre foi, remplis-nous de ton Esprit Saint pour marcher dans la liberté que tu nous as donnée (Jean 8 :36).

Nous te remettons tous nos défis, nos combats invisibles, et nous te demandons de protéger notre maison, nos relations et notre avenir (Éphésiens 6 :10-18).

Que ta paix règne dans notre foyer, que ta lumière chasse toute obscurité (Jean 1 :5).

Merci pour ta présence constante au milieu de nous,

Merci pour ta fidélité qui ne faillit jamais.

Que ce culte familial soit un temps de renouveau, de force et de joie dans le Seigneur.

Au nom puissant de Jésus-Christ, nous prions,

Amen.

Un modèle de programme de jeûne et prière

Thème central du jeûne : Restauration et Direction divine

Verset d'ancrage : Joël 2 :25 – « *Je vous restituerai les années qu'ont dévorées la sauterelle...* »

Conseils pratiques : Jeûne de 6h à 18h (ou selon tes capacités) // Repose-toi, si besoin // Loue Dieu, même sans paroles.

Jour 1 – Repentance et retour à Dieu		Jour 2 – Guérison, délivrance et restauration		Jour 3 – Direction, faveur et recommencement	
Lecture (dédiée):	Psaume 51 ; 1 Jean 1 :9	Lecture (dédiée):	Jérémie 30 :17 ; Marc 1 :32-34	Lecture (dédiée):	Proverbes 3 :5-6 ; Ésaïe 43 :19
Objectifs	- Confesser ses péchés - Briser les chaînes spirituelles - Revenir à Dieu de tout son cœur	Objectifs	- Demander la guérison (physique, - Briser les oppressions et blocages - Rechercher la restauration des relations,	Objectifs	- Rechercher la volonté de Dieu - Demander une nouvelle saison - Ouvrir les portes fermées
Prières :	- Prière de repentance - Prière de brisement des liens du - Prière pour la pureté du cœur	Prières :	- Prière de guérison - Prière contre les oppressions familiales - Prière pour la restauration divine	Prières :	- Prière de consécration - Prière pour la faveur divine - Prière pour l'avenir et les projets
Louange et adoration		Louange et adoration		Louange et adoration	
Action de grâce		Action de grâce		Action de grâce	

Jour 1 – Repentance et retour à Dieu		Jour 2 – Guérison, délivrance et restauration		Jour 3 – Direction, faveur et recommencement	
Lecture (dédiée):	Psaume 51 ; 1 Jean 1 :9	Lecture (dédiée):	Jérémie 30 :17 ; Marc 1 :32-34	Lecture (dédiée):	Proverbes 3 :5-6 ; Ésaïe 43 :19
Objectifs	- Confesser ses péchés - Briser les chaînes spirituelles - Revenir à Dieu de tout son cœur	Objectifs	- Demander la guérison (physique, émotionnelle, spirituelle) - Briser les oppressions et blocages - Rechercher la restauration des relations, finances, santé...	Objectifs	- Rechercher la volonté de Dieu - Demander une nouvelle saison - Ouvrir les portes fermées
Prières :	- Prière de repentance - Prière de brisement des liens du passé - Prière pour la pureté du cœur	Prières :	- Prière de guérison - Prière contre les oppressions familiales - Prière pour la restauration divine	Prières :	- Prière de consécration - Prière pour la faveur divine - Prière pour l'avenir et les projets
Louange et adoration		Louange et adoration		Louange et adoration	
Action de grâce		Action de grâce		Action de grâce	

Questions fréquentes sur la prière chrétienne

Cette section est précieuse pour accompagner les lecteurs dans leurs hésitations, leurs questionnements et leurs combats intérieurs.

1. Pourquoi prier si Dieu connaît déjà tout ?

« *Votre Père sait de quoi vous avez besoin, avant que vous le lui demandiez.* » (Matthieu 6 :8)

La prière n'est pas une information donnée à Dieu, mais une relation vivante. Elle nous transforme, nous rend disponibles à Sa volonté, et nous ouvre à Sa paix.

Mais pourquoi prier puisque de toutes les façons Dieu fera toujours ce qui lui plaît ?

Bien entendu, Dieu fait ce qui lui plaît ! Manquerait plus que ça ! Mais, quand même, il écoute et il tient compte de nos points de vue. Et il vaut mieux que le but de la prière ne soit pas de changer l'opinion de Dieu, mais bien au contraire, de pouvoir compléter nos opinions avec de nouveaux paramètres. Dieu ne vient pas écraser nos idées, mais au contraire le but de la prière est de voir plus clair grâce à lui, de sorte que nous puissions mieux comprendre la situation et les enjeux, et donc de pouvoir faire de meilleurs choix en connaissance de cause. Mais toujours selon notre propre sensibilité.

2. Je n'arrive pas à me concentrer. Est-ce grave ?

Même les saints ont connu la distraction. L'important est de revenir, encore et encore, avec humilité. Dieu regarde le cœur, non la performance.

« *Veillez et priez, afin que vous ne tombiez pas dans la tentation.* » (Matthieu 26 :41)

3. Mes prières restent sans réponse. Dieu m'écoute-t-Il vraiment ?

« *Invoque-moi, et je te répondrai.* » (Jérémie 33 :3)

Dieu répond toujours, mais pas toujours comme ou quand nous l'attendons. Parfois, le silence est une réponse qui purifie, prépare ou protège.

4. Dois-je prier à des heures précises ?

Il n'y a pas d'heure obligatoire, mais la régularité aide à ancrer la prière dans la vie.

« *Sept fois par jour je te loue, à cause des lois de ta justice.* » (Psaume 119 :164)

5. Puis-je prier avec mes propres mots ?

Oui, et c'est même essentiel. Les prières formulées librement expriment ton cœur.

« *Je répands devant lui ma plainte, je lui raconte ma détresse.* » (Psaume 142 :3)

6. La prière peut-elle changer les choses ?

Elle change d'abord le cœur de celui qui prie. Et parfois, elle ouvre des portes inattendues.

« *La prière fervente du juste a une grande efficacité.* » (Jacques 5 :16)

7. Comment savoir si je prie "dans l'Esprit" ?

La prière dans l'Esprit est marquée par la paix, la liberté intérieure, la vérité, et parfois des larmes ou des silences profonds, voire la sensation de la présence du Saint-Esprit.

« *L'Esprit lui-même intercède par des soupirs inexprimables.* » (Romains 8 :26)

8. Dieu entend-il notre prière quand on vient de commettre un péché ?

« *Si nous confessons nos péchés, Il est fidèle et juste pour nous les pardonner.* » (1 Jean 1 :9)

Oui, Dieu entend. Il ne rejette pas celui qui revient à Lui avec un cœur brisé. Le péché peut obscurcir notre conscience, mais jamais l'amour de Dieu. La prière devient alors un cri de retour, une demande de pardon, une ouverture à la miséricorde.

« *Le Seigneur est proche de ceux qui ont le cœur brisé.* » (Psaume 34 :19)

9. La prière communautaire est-elle plus puissante que la prière individuelle ?

« *Là où deux ou trois sont réunis en mon nom, je suis au milieu d'eux.* » (Matthieu 18 :20)

La prière communautaire porte une dimension de communion et d'unité. Elle élève les voix vers Dieu dans une même foi, et fortifie les croyants. Elle ne remplace pas la prière personnelle, mais la complète, l'enracine et l'élargit.

10. Comment prier pour les autres sans tomber dans le contrôle ou le jugement ?

« *Portez les fardeaux les uns des autres.* » (Galates 6 :2)

L'intercession est un acte d'amour, pas de domination. Elle consiste à présenter l'autre à Dieu, dans la confiance et l'humilité. On ne prie pas pour que l'autre change selon nos désirs, mais pour qu'il soit touché par la grâce, guidé par la vérité, et entouré de paix.

11. Comment prier quand on traverse une épreuve ou une souffrance ?

« *Même quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, je ne crains aucun mal.* » (Psaume 23 :4)

Dans l'épreuve, la prière peut être simple : un soupir, une larme, un silence. Dieu ne demande pas des mots parfaits, mais un cœur vrai. La prière devient alors refuge, cri, abandon.

« *Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ?* » (Matthieu 27 :46) — même Jésus a prié dans l'angoisse.

Une méthode pratique pour faire la méditation :

1. Prépare ton cœur

- Cherche le calme, écarte les distractions.

2. Invite le Saint-Esprit à t'éclairer

« *Ouvre mes yeux, pour que je contemple les merveilles de ta loi.* » (Psaume 119 :18)

3. Lis lentement le passage choisi

- Choisis un texte [de préférence court (ex. : un psaume, une parabole, quelques versets)].
- Lis-le à voix basse ou silencieusement, plusieurs fois s'il le faut.

4. Médite en profondeur (méthode en 4 étapes : L.E.C.R.)

L — Lire : que dit le texte ? (les faits, le contexte)

E — Écouter : qu'est-ce que Dieu me dit ici et maintenant ?

C — Comprendre : quel message central se dégage ?

R — Répondre : quelle prière monte de mon cœur en réponse ?

5. Écris ou note

- Un verset qui t'a touché
- Une parole que Dieu te donne
- Une décision ou engagement personnel

6. Termine par la prière

- Remercie Dieu pour sa présence, son inspiration, sa guidance et sa révélation.
- Demande-lui la force de pratiquer et vivre cette Parole.
« *Que cette parole ne s'éloigne pas de ta bouche... médite-la jour et nuit...* » (Josué 1 :8)

Modèle de Carnet de prière personnel

- Pages vierges ou modèles pour noter :
- Intentions de prière
- Réponses reçues
- Versets inspirants
- Gratitudes quotidiennes

BIOGRAPHIE DE L'AUTEUR



Moïse Hubert MBETO est juriste de formation et professionnel des ressources humaines, engagé depuis plus de 50 ans dans le service chrétien. Son parcours au sein d'organisations humanitaires telles que l'UNICEF, Catholic Relief Services et SOS Villages d'Enfants lui a permis de conjuguer expertise technique, humanisme et sens profond du service.

À travers ce premier ouvrage, il partage une vision vivante et accessible de la prière chrétienne, nourrie par l'Écriture, l'expérience et le désir d'encourager les croyants à renouer avec une relation intime et constante avec Dieu.

Il vit en République Centrafricaine, où il poursuit son engagement professionnel et spirituel au service de la dignité humaine.

Très impliqué dans le ministère évangélique, Moïse Hubert a été le Responsable en second du Groupe de prière d'intercession pour l'église apostolique de Combattant 2. Il est présentement l'un des leaders du Groupe de prière "Souffle de Vie". Il a plusieurs ouvrages chrétiens à son actif, et des projets en cours.

"L'Évangile nous envoie, la prière nous soutient, et l'intercession nous connecte au cœur battant de Dieu pour ce monde."