

Guide pour la prière selon les Exercices de Saint Ignace



AVANT LA PRIÈRE

(Se) Préparer

- Choisir un lieu
- Choisir un temps dans la journée
- Choisir une durée
- Lire le texte
- Sélectionner des points (2-3) pour la méditation
- Formuler une demande de grâce

PENDANT LA PRIÈRE

Se disposer

- Mise en présence de Dieu (généflexion, signe de croix, prière intérieure, etc.)
- Composition de lieu
- Exprimer mon désir : la demande de grâce.

Corps de la prière

- Me laisser toucher, éclairer, déplacer par la Parole.

Fin de la prière

- Colloque : parler au Seigneur dans un cœur à cœur « comme un ami parle à un ami » pour lui confier ce qui vient.
- Prière finale de l'Église

APRÈS LA PRIÈRE

Faire mémoire

- Aisance / difficulté avec la méthode
- Climat intérieur à la fin
- Source de joie, paix, etc.
- Source de résistance, tristesse, etc.
- Comment j'ai goûté ce passage