

École de Prière et de Méditation 2018 - 2019

**Paroisse, secteur pastoral,
Communauté, groupe de prière,
Aumônerie, Mouvement d'Église...**

En France, Belgique, Suisse, Canada...

Nous venons à votre rencontre !

Cette année, nous inaugurons une **nouvelle formule** :

L'École de Prière et de Méditation vous propose de se déplacer dans votre paroisse, ou votre secteur pastoral, votre communauté, ou votre établissement scolaire pour un temps de formation à la vie spirituelle.

Nous vous proposons :

- Des **initiations** d'une demi-journée en semaine ou durant le week-end ;
- Des **approfondissements** d'une journée en semaine ou durant le week-end ;
- Des **retraites** de formation en week-end ou sur deux jours en semaine.

Nous vous fournirons le matériel nécessaire pour promouvoir ces temps de formation :
Affichette et tract sous forme de fichiers pdf.

Choisissez la formule qui vous convient dans le programme ci-après.
Nous fixerons ensemble les modalités et le ou les jours selon nos disponibilités.

Contactez-nous :

École de Prière et de Méditation

10 bis, rue Sainte Croix — 91150 Étampes

T. 01 64 92 02 01

www.ecoledepriereetdemeditation.com



SESSION D'INITIATION

[DEMI-JOURNÉE]

**Vous pouvez au choix, opter pour une matinée ou une après-midi
en semaine ou un samedi.**

**L'initiation dure trois heures trente environ
et se divise en deux temps
avec une pause au milieu.**

Nous contacter pour fixer les formations et les dates choisies.

001. Initiation aux différentes formes de prières

Découverte des formes de prières adaptées aux situations de la vie quotidienne : la demande, l'intercession, l'action de grâce, l'adoration, la louange, la prière des Heures, l'oraison, la Lectio divina, la méditation...

002. Initiation à l'oraison

L'oraison est un temps où l'on aime se retrouver avec Dieu dans un échange d'amitié. Cette forme de prière, véritable trésor du Carmel, s'adresse à tous ceux qui veulent développer leur intimité avec Dieu et découvrir son amour.

003. Initiation à la méditation

Les bienfaits de la méditation pour la vie spirituelle sont nombreux. Comment faire les premiers pas et vaincre les obstacles de cette démarche qui consiste à entrer en soi-même pour laisser infuser en soi la parole de Dieu ?

004. Initiation à la lectio divina

Goûter la Parole de Dieu dans une lecture méditée pour se mettre à son écoute à travers les Écritures (La Bible). Découvrir les quatre étapes de cette pratique : la lecture, la méditation, la prière et la contemplation. Une approche en profondeur de la Bible.

005. Initiation à l'exercice de la Présence de Dieu

Comment vivre chaque instant de notre vie dans ce contact intime avec Dieu ? Rêve de tout chrétien réalisé par le frère carme Laurent de la Résurrection. Peu connue en France, sa méthode simple et efficace remporte un vif succès en Inde et aux États-Unis depuis de nombreuses années.

006. Initiation au combat spirituel

« Veillez et priez afin de ne pas tomber en tentation. » Nous croyons combattre spirituellement mais souvent nous sommes en *conflit intérieur*. Comment discerner entre combat et conflit ? Comment mener le « bon » combat ?

007. Initiation à la prière du « Notre Père »

Seule prière enseignée par Jésus à la demande de ses disciples, le *Notre Père* est la prière des prières. Elle contient tout ce dont nous avons besoin pour prier comme il faut. Comment la comprendre et la mettre en œuvre pour progresser dans la foi ?

008. Initiation aux plus belles prières de la Bible

C'est une véritable plongée dans la richesse des textes des Écritures pour découvrir les trésors de prières contenus dans la Bible à travers les hymnes et les cantiques de l'Ancien et du Nouveau Testament. Une aide précieuse pour approfondir et modeler notre prière personnelle.

009. Initiation à la vie spirituelle dans l'Esprit

Notre ADN de chrétien nous invite à agir, à prier, à vivre dans l'Esprit Saint. Comment accueillir l'Esprit Saint ? Comment faire pratiquement pour se laisser guider par l'Esprit au sein de nos activités journalières ?

010. Initiation à la Liturgie des Heures

Le psautier *Prière du Temps Présent* (Bréviaire) permet de découvrir les offices de la journée : Laudes, Vêpres et Complies. Pour s'y retrouver dans un ouvrage qui paraît souvent difficile d'accès, cette initiation est destinée aux laïcs qui sont tous appelés à prier à l'aide de l'Office des Heures.

SESSION D'APPROFONDISSEMENT [UNE JOURNÉE]

Vous pouvez au choix, opter pour une journée en semaine ou durant le Week-End un samedi ou un dimanche. L'approfondissement comprend trois temps d'enseignement et un temps d'évaluation.

Il n'est pas nécessaire d'avoir fait la session d'initiation au préalable.

Nous contacter pour fixer les formations et les dates choisies.

101. Le « Notre Père », prière et chemin de foi

Cette prière est le résumé du chemin de foi de tous chrétiens. Elle est une véritable échelle de Jacob qui nous permet d'atteindre le ciel. Remontons cette échelle en commençant par la fin de la prière pour parvenir à dire « *Abba, Père* » en vérité.

102. La méditation

Les premiers pas dans cette pratique ont suscité en vous le désir de continuer malgré les difficultés et les obstacles. Comment les surmonter pratiquement ? Comprendre et maîtriser nos mécanismes mentaux et spirituels.

103. L'oraison silencieuse

L'oraison silencieuse, véritable cœur à cœur avec le Dieu vivant, demande un certain entraînement. Quelles sont les difficultés que l'on rencontre et comment les surmonter ? Thérèse d'Avila et Jean de la Croix nous donnent de précieux conseils à l'école du Carmel.

104. Le combat spirituel

À travers des enseignements bibliques, nous aborderons les questions fondamentales qui servent de base pour nous fortifier dans la foi et mener un combat efficace. Nous apprendrons à connaître qui sont nos adversaires et quelles sont les armes que Dieu met à notre disposition.

105. Prier avec les Psaumes

Entrer dans la prière avec les psaumes, c'est découvrir des manières de prier dans toutes les situations de notre vie. Comment exprimer notre joie et notre détresse, notre foi et nos doutes, notre louange et notre action de grâce ? Les psaumes le permettent et nous aident à fortifier notre foi.

106. Les fondamentaux de la vie spirituelle

Cette session de formation reprend les bases de la foi chrétienne et surtout la manière dont elle est mise en place dans notre vie. Cela permet de fortifier notre foi, notre espérance et notre charité en retrouvant tout le dynamisme de la foi qui souvent est affaibli ou anémié.

WEEK-END DE FORMATION [OU DEUX JOURS EN SEMAINE]

Vous pouvez au choix, opter pour un Week-End ou deux jours en semaine.

**Cette session comprend quatre à six temps
— enseignements et exercices pratiques —
selon les thèmes et un temps d'évaluation.**

Nous contacter pour fixer les dates et les modalités.

201. Les grandes étapes de la vie spirituelle

Nous avons du mal à progresser spirituellement. « nous souffrons beaucoup par manque de connaissance » fait remarquer Thérèse d'Avila. Percevoir et comprendre le chemin à parcourir vers l'union d'amour avec Dieu est essentiel. La Sainte carmélite nous éclaire par ses écrits : *Les Demeures de l'Âme*.

202. Accueillir la paix du Christ dans nos vies

La promesse de Jésus est encore valable de nos jours : « *Je vous laisse ma paix, je vous donne ma paix. Je ne vous la donne pas comme le monde la donne* ». Quelle est cette paix qu'il nous propose ? Comment l'accueillir dans notre vie et devenir des artisans de paix ?

203. Apprendre à maîtriser nos sens corporels et intérieurs

À l'école des Carmes, guidés par Saint Jean de la Croix, voyons comment nos appétits, nos tendances et nos passions nous gouvernent et nous font faire des choses qui en fin de compte ne nous apportent pas ce que nous désirons au plus profond de nous-mêmes : la joie, la paix...

204. Vivre dans la puissance des divines promesses

« Nous vivons comme des mendiants assis sur un trésor ! » Le Christ nous a fait des promesses et nous les ignorons. Apprenons à les connaître. Sont-elles toujours valables aujourd'hui ? Comment faire pour qu'elles se réalisent dans nos vies ?

FORMATIONS À L'ÉCOLE DE PRIÈRE ET DE MÉDITATION À ÉTAMPES

Le samedi

nous vous proposons

Le matin : une session d'initiation,

L'après-midi : une session d'approfondissement.

Vous pouvez vous inscrire à l'une ou l'autre, ou aux deux.

(Pour l'approfondissement, il faut avoir suivi l'initiation au préalable le matin même ou à une date antérieure.)

Le combat spirituel [Initiation]

« Veillez et priez afin de ne pas tomber en tentation. » Nous croyons combattre spirituellement mais souvent nous sommes en *conflit intérieur*. Comment discerner entre combat et conflit ? Comment mener le « bon » combat ?

Dates : samedi 27 octobre 2018 — samedi 13 avril 2019
[Matinée de 9h00 à 12h30]

Le combat spirituel [Approfondissement]

À travers des enseignements bibliques, nous aborderons les questions fondamentales qui servent de base pour nous fortifier dans la foi et mener un combat efficace. Nous apprendrons à connaître qui sont nos adversaires et quelles sont les armes que Dieu met à notre disposition.

Dates : samedi 27 octobre 2018 — samedi 13 avril 2019
[Après-midi de 14h30 à 18h00]

L'exercice de la Présence de Dieu [Initiation]

Comment vivre chaque instant de notre vie dans ce contact intime avec Dieu ? Rêve de tout chrétien réalisé par le frère carme Laurent de la Résurrection. Peu connue en France, sa méthode simple et efficace remporte un vif succès aux États-Unis depuis de nombreuses années.

Dates : samedi 3 novembre 2018 — samedi 11 mai 2019
[Matinée de 9h00 à 12h30]

L'exercice de la Présence de Dieu [Approfondissement]

Cet exercice spirituel transforme véritablement notre vie. Des conseils, des méthodes à mettre en œuvre seront abordés afin d'atteindre rapidement le but recherché et donner à nos moindres actes une portée universelle et rédemptrice à l'exemple de Thérèse de Lisieux.

Dates : samedi 3 novembre 2018 — samedi 11 mai 2019
[Après-midi de 14h30 à 18h00]

La méditation [Initiation]

Les bienfaits de la méditation pour la vie spirituelle sont nombreux. Comment faire les premiers pas et vaincre les obstacles de cette pratique qui consiste à entrer en soi-même pour laisser infuser en soi la parole de Dieu ? Redécouvrons la place importante de la méditation dans la vie chrétienne.

Dates : samedi 8 décembre 2018 — samedi 16 février 2019
[Matinée de 9h00 à 12h30]

La méditation [Approfondissement]

Les premiers pas dans cette pratique ont suscité en vous le désir de continuer malgré les difficultés et les obstacles. Comment les surmonter pratiquement ? Comprendre et maîtriser nos mécanismes mentaux et spirituels. Exercices pratiques.

Dates : samedi 8 décembre 2018 — samedi 16 février 2019
[Après-midi de 14h30 à 18h00]

L'oraison silencieuse [Initiation]

L'oraison est un temps où l'on aime se retrouver avec Dieu dans un échange d'amitié. Cette forme de prière, véritable trésor du Carmel, s'adresse à tous ceux qui veulent approfondir leur intimité avec Dieu et découvrir son amour.

Dates : samedi 12 janvier 2019 — samedi 15 juin 2019
[Matinée de 9h00 à 12h30]

L'oraison silencieuse [Approfondissement]

L'oraison silencieuse, véritable cœur à cœur avec le Dieu vivant, demande un certain entraînement. Quelles sont les difficultés que l'on rencontre et comment les surmonter ? Thérèse d'Avila et Jean de la Croix nous donnent de précieux conseils à l'école du Carmel.

Dates : samedi 12 janvier 2019 — samedi 15 juin 2019
[Après-midi de 14h30 à 18h00]

• **Participation aux frais selon vos moyens. Initiation : 15 € — Approfondissement : 15 €** •