

# La prière d'alliance — Les 5 doigts

La prière d'alliance, c'est la prière du disciple de Jésus. Cette prière me dispose à être en présence de Dieu. Elle m'aide à faire le lien entre les différents moments de la journée et à voir combien Dieu est présent. Elle me permet de trouver Dieu en toutes choses, parce qu'il y a des moments où je suis ailleurs et que je l'oublie.

Cette prière est avant tout une relation d'amour avec celui qui m'aime. Il fait et refait sans cesse alliance avec moi.

## 1. Me voici devant toi – Bonjour

Seigneur, me voici. Je me tourne vers toi comme un enfant qui ouvre les yeux au matin. Tu es là, déjà présent, déjà aimant. Donne-moi de me laisser accueillir par toi, simplement.

*(On pose son cœur, on respire, on se place sous le regard de Dieu.)*

---

## 2. De toi à moi — Merci

Rendre grâce pour la présence du Seigneur tout au long du jour. Louer le Seigneur pour telle rencontre, tel sourire, tel geste qui fait du bien. Le remercier pour ce qu'il a été pour moi à travers un geste, une parole donnée ou reçue dans tel moment de prière, il est fidèle.

---

## 3. De moi à toi — Pardon

Reconnaître que je n'ai pas été fidèle à l'alliance du Seigneur.

« Seigneur, fais que je vois comment j'ai pu passer à côté de ta grâce, comment j'ai pu tomber dans les pièges de la peur, du découragement, du jugement. »

À la lumière du Seigneur, reconnaître mes blocages, mon combat.

Par exemple : j'ai été au centre, je me suis compliqué, je me suis découragé, j'ai quitté ce que j'avais à faire, je me rends compte que je tourne les choses à mon avantage, je reconnais mon égoïsme.

Ce temps de vérité sur moi me permet de voir clair en moi-même. Il ne s'agit pas de m'introspecter, il s'agit de m'en remettre au Seigneur, d'accueillir son pardon. C'est un retour vers le Seigneur, c'est une prière.

---

## 4. Nous deux — Demain, s'il te plaît

Je m'offre au Seigneur en toute confiance, je remets tout en son amour.

Je lui confie ce qui va se passer le lendemain et ce qui me préoccupe : un souci, une passion, une relation difficile, une pauvreté, un défi, etc.

Je lui demande la grâce de repartir avec lui, d'aller vers les autres, ce que je désire.

---

## 5. Tu es mon Seigneur — Je t'aime

Seigneur Jésus, je t'aime. Tu es ma lumière, ma paix, ma force. Merci d'être celui qui marche avec moi. Apprends-moi à aimer comme toi : humblement, simplement, fidèlement.

Je te redonne ma vie, mon cœur, mes désirs... Tu es mon Seigneur.