

ÊTRE KIFFÉ-E & PARDONNÉ-E



Prières



Une prière de repentance, aussi appelée confession du péché, est une prière pour demander pardon à Dieu, et pour l'inviter à nous aider à relever la tête afin de nous tourner à nouveau vers les autres et vers lui. Les prières qui sont proposées ici ont été écrites par des jeunes de l'Eglise Protestante Unie de France mais aussi par des personnes plus âgées qui souhaite porter le Grand KIFF dans leur prière.

Cette prière a été écrite par des jeunes lors d'un camp en Corse.

Seigneur, pardonne-nous,
quand nos relations familiales sont difficiles,
que nous savons que nous y avons une part de responsabilité,
et que nous n'agissons pas.

Pardonne-nous,
quand nous manquons de compréhension envers l'autre,
que nous le blessons pas nos paroles, notre comportement, ou nos réactions.

Pardonne-nous,
quand nous passons à côté de la détresse de nos proches, nos amis,
par ignorance ou par négligence,
et que nous oublions de leur manifester notre soutien et notre tendresse

Pardonne-nous,
quand nous n'arrivons pas à être à la fois à l'écoute de l'autre
tout en nous écoutant nous-mêmes

Pardonne-nous,
quand nous nous emportons et que nous réagissons à chaud
sans prendre le temps de la réflexion.

Pardonne-nous,
quand nous doutons de nous-mêmes à cause du regard des autres
sans tenir compte que toi, tu nous aimes comme nous sommes.

Pardonne-nous,
quand nous désespérons du monde en oubliant de regarder ton action
en nous et en ta création et de te faire confiance.



Cette prière a été écrite par Adrienne, Colyne et Jade, de l'EPUDF region Ouest, lors d'un voyage en Grèce

Seigneur, tu sais que nous avons tendance à attribuer de la valeur à des choses qui n'en valent point et la valeur que nous leur attribuons se mélange avec nos émotions. Bien que nous sachions que nous ne pourrons jamais te rendre ni les biens que tu nous offres, ni la grande générosité dont tu nous fais bénéficier, tu n'as pas hésité à nous donner ton plus grand trésor : ton Fils Unique, Jésus-Christ. En lui, nous pouvons croire que nous sommes tes enfants.

Pardonne-nous Père.

Et nous te demandons de faire découler sur nous ta générosité d'amour et de paix.

Amen

Cette prière a été écrite par Agathe, Céline, Marion et Déborah, de l'EPUDF region Ouest, lors d'un voyage en Grèce

Merci Seigneur pour les rencontres et les découvertes lors de notre voyage en Grèce.

Merci Seigneur pour les bons moments partagés ensemble.

Pardon Seigneur de ne pas toujours se rendre compte de la chance que l'on a.

Pardon Seigneur de ne pas toujours nous ouvrir et aller à la rencontre des gens.

S'il te plaît Seigneur, garde-nous en sécurité et en bonne santé

S'il te plaît Seigneur, permet nous de faire rayonner cette expérience autour de nous.

Amen

Cette prière a été écrite par Patricia pour le culte de rentrée de Tours

La respiration est indispensable à la survie physique. Nous pouvons survivre un certain temps sans manger ni boire, mais si nous arrêtons de respirer quelques minutes seulement, nous mourrons.

La respiration physique se fait par l'inspiration et l'expiration. Alors que nous inspirons, nous recevons de l'oxygène qui est vital pour chaque partie de notre corps, et lorsque nous expirons, nous rejetons du « dioxyde de carbone », un gaz résiduel qui a besoin d'être évacué de notre système.

Respirez en mettant vos mains sur vos cuisses, les mains ouvertes vers le ciel. Inspirez en faisant entrer le ventre en 3 temps – retenez le souffle 3 temps – expirez 3 temps en courbant la tête. (refaire 3 fois en baissant de plus en plus la tête jusqu'aux genoux. (musique))

Au cours de nos vies rapides et si occupées, il est facile de se retrouver à « retenir notre respiration ». Nous gardons en nous comme le « dioxyde de carbone » comme nous accumulons en nous des choses négatives, mauvaises. Nous nous écartons de notre Seigneur. Et les fautes envers nos prochains se multiplient.

Aie pitié de nous Seigneur parce que nous :

Recommençons les mêmes erreurs

Ecartons de tes commandements d'aimer

Servons d'autres dieux

Pardonnons difficilement

Imposons à toi et aux autres notre volonté

Restons sourd à ton appel

Ecoutons nos propres désirs

Amen

Déclaration du pardon : Respirer est crucial

Nous avons besoin de prendre une bouffée d'air ! Il nous faut expirer et, simultanément, absorber l'Esprit afin de vivre la vie chrétienne.

*« C'est ainsi qu'il est écrit : "le premier homme, Adam, devint une âme vivante" ; le dernier Adam [Christ] est devenu un **Esprit qui donne la vie.** » Icor 15/45*

Respirons en tendant la mains les bras sur les cuisses. Inspirez l'oxygène en gonflant tout en 3temps ; retenons-le en 3temps et expirez l'air fort en levant la tête. (refaire 3 fois en relavant à chaque fois la tête et arriver à une posture dos droit. Levez les mains jusqu'au ciel et étirez-vous et baillez et levez- vous et bouger)

« **J'ai invoqué ton nom**, ô Éternel, du fond de la fosse. Tu as entendu ma voix : tu ne fermes pas l'oreille à **mes soupirs**, à mes cris ! »

En Jésus christ mort et ressuscité, le Seigneur Dieu nous pardonne, il nous...

Réconforte avec tendresse

Ecoute avec bienveillance

Soutient de façon indéfectible

Inspire des gestes d'amours et fraternels

Protège des adversaires

Respecte infiniment

Emmène vers un monde meilleur

Partagez vos initiatives et actions réalisées avec toutes celles et ceux qui cheminent vers le Grand KIFF 2025 sur le site :

<https://www.legrandkiff.org/kifferensemble/>

