

# Activité manuelle : mon carnet de prière

Veiller n'est pas toujours facile et la demande de Jésus de veiller et prier peut vite être source d'ennui si on ne sait pas ou plus quoi dire.

Alors pourquoi ne pas se fabriquer son propre carnet de prières.

Un carnet fait à la main dans lequel réécrire toutes les prières lues et appréciées.

## **Pour le carnet :**

### Matériel :

- 10 feuilles A4 (ou plus)
- 1 paire de ciseaux ou 1 cutter
- du fil et des aiguilles

### Méthode :

- couper les feuilles en deux (du haut vers le bas en format portrait),
- plier toutes les demi-pages et les insérer les unes dans les autres,
- faire deux points de couture dans le pli pour attacher toutes les feuilles ensemble,
- décorer – personnaliser la première page de couverture.

## **Pour les prières :**

Recopier lisiblement les prières, si possible une par page.

Ne pas oublier de noter le nom de l'auteur (l'année de création si possible).

Il n'est pas nécessaire de remplir toutes les pages tout de suite ; ce carnet peut se remplir petit à petit, au cours de l'année.

Certaines prières peuvent trouver leur place dans ce carnet, par exemple :

- Notre Père
- Je vous salue Marie
- Gloire à Dieu
- Le Credo

Ou encore :

- la prière de saint François d'Assise pour la Paix :  
<https://eglise.catholique.fr/approfondir-sa-foi/prier/prieres/372202-priere-de-saint-francois-dassise/>
- la prière du MEJ : <https://www.mej.fr/priere-du-mej/>
- la prière d'abandon du Père de Foucauld :  
<https://eglise.catholique.fr/approfondir-sa-foi/prier/prieres/383298-priere-dabandon-charles-foucauld/>