



Le 06/03/2025,

GUIDE D'ANIMATION D'UNE RENCONTRE DE FRATERNITÉ – CARÊME COUPLE

Chers couples

Les soirées de fraternité ont pour objectif de rassembler les couples participants pour prier et échanger sur leur Carême. Elles ont lieu chaque semaine à jour et heure fixe, au domicile d'un des couples de la fraternité.

Pour des questions de praticité, nous vous conseillons de borner les rencontres en temps. 1h30 de rencontre est une bonne durée pour pouvoir à la fois avoir du temps pour prier et du temps d'échanges, tout en étant suffisamment concis pour ne pas trop empiéter sur nos rythmes personnels.

Les rencontres de fraternité s'articulent en trois temps :

- Temps de Prière / Louange
- Temps de Partage
- Conclusion & Prière des Complies

Préparation pour accueillir :

Dans la mesure du possible, nous invitons le couple-accueillant à :

- Préparer 2 espaces de rencontres chez vous (par exemple, le salon et la cuisine) pour que les échanges entre hommes et les échanges entre femmes puissent se faire sans que l'autre groupe entende. Cela favorise les échanges en vérité.
- Préparer un « coin prière » avec une croix, une icône ou une statue et une bougie dans l'espace où vous rassemblerez tous pour les temps de Prière/Louange et Complies.

1^{ère} partie - Temps de Prière / Louange

Tous ensemble - temps indicatif : 15-20 minutes

Dès que tous les participants sont présents, nous vous invitons à démarrer votre rencontre par un temps de prière et louange pour confier la rencontre et remercier Dieu pour ce temps de Carême.

Quelques idées / suggestions pour la Prière / Louange :

- Utiliser un carnet de chants (exemple : « Il est Vivant ») ou l'application [Emma Songs](#) pour avoir un recueil commun de chants.
- Utiliser l'application [AELF](#), [Prier Aujourd'hui](#) ou [Magnificat](#) pour lire un texte du jour ou un passage de la Bible.

Terminer ce temps de prière avec la **prière des époux** disponible sur le site <https://caremecouple.fr> . Cette prière a été spécialement rédigée pour le Parcours Carême Couple 2025. Nous vous invitons aussi à la prier en couple quotidiennement.

<https://caremecouple.fr>

Prière des époux

Mon Dieu,
Nous venons aujourd'hui te confier tout notre amour et toute notre vie.
Nous te prions pour qu'elle soit toute inspirée par ton projet éternel sur
le mariage et que Jésus a confirmé dans son enseignement :
vivre à tous les plans le « une seule chair » de nos 2 vies,
en nos cœurs, en nos corps et en nos âmes.

Dieu notre Père, nous te bénissons infiniment
d'avoir créé le mariage au sommet de la Création,
les époux pouvant dès lors goûter une intimité
et une joie partagée d'une très grande intensité,
à l'image des liens d'amour qui t'unissent avec le Fils et l'Esprit-Saint.
Père, nous te prions de nous donner de puiser un tel amour l'un pour
l'autre dans la prière quotidienne, personnelle et commune.

Jésus-Christ, Mort et Ressuscité pour nous,
Toi qui guéris et pardones le cœur blessé des époux,
Toi le vainqueur de toutes leurs morts,
Toi la source du Salut pour tous les couples,
que ta Parole façonne et guérisse notre mariage,
qu'Elle nourrisse notre mission d'époux et de parents.
Que nous puisions chaque jour en Toi
les grâces de notre sacrement de mariage,
afin de construire notre vie sur le roc et non sur le sable.
Donne-nous de sanctifier ton Nom par toute notre vie,
jusque dans notre intimité et notre tendresse l'un pour l'autre.

Esprit-Saint, Esprit de Feu et de Lumière,
fais grandir la flamme de notre amour,
fais bruler nos cœurs du feu de l'amour et de la foi,
équipe-nous des dons et des charismes utiles à notre mission,
fais-nous découvrir dans l'amour notre complémentarité d'homme et de femme,
d'époux et d'épouse, de père et de mère, d'amis,
et de frère et sœur dans la foi.

Marie, Mère de Jésus-Christ,
Maître, Sauveur et Seigneur du Mariage,
donne-nous de mettre chaque jour en pratique tes paroles
aux serviteurs des noces de Cana : « Faites tout ce qu'Il vous dira ! »
Amen

Alex et Maud Lauriot-Prevost pour caremecouple.fr – Février 2025

SPECIAL 1^{ère} SOIRÉE :

Lors de la première rencontre de fraternité, nous vous invitons à :

- **Ecouter tous ensemble l'audio d'introduction qui vous sera transmis d'ici dimanche 9 mars,**
- **Valider ensemble le jour, l'heure et le lieu de vos 6 rencontres hebdomadaires.**

N'hésitez pas à programmer une 7^{ème} rencontre deux à trois semaines après Pâques pour vous recroiser et partager sur comment améliorer le parcours pour une prochaine fois.

<https://caremecouple.fr>

2° partie - Temps de Partage

D'un côté les hommes, de l'autre les femmes - temps indicatif : ~30 minutes

Après le temps de Prière/Louange, nous vous invitons à vous regrouper entre hommes d'un côté et entre femmes de l'autre, idéalement dans des pièces séparées (par exemple le salon et la cuisine) pour qu'il y ait plus d'intimité dans les échanges.

Le principe de ce temps de Partage est de pouvoir, chacun à son tour, exprimer ce qui est vécu personnellement durant le Carême et ainsi se porter mutuellement entre hommes ou entre femmes.

Voici des suggestions de ce que vous pourriez partager :

- Joies vécues / difficultés rencontrées autour de ce Parcours de Carême et ses efforts,
- Partage sur les topos écoutés durant la semaine
- Intentions de prière

Vous êtes invités à ne pas spécialement rebondir sur le partage qui vous est fait et celui qui parle peut conclure par un « Je vous salue Marie » dit tous ensemble.

Petit rappel, mais qui a son importance, il va de soi que ce qui est partagé lors de la réunion ne sort pas de la frat'.

SPECIAL 1^{ère} SOIRÉE :

Lors de la première rencontre de fraternité, n'ayant pas encore démarré l'écoute des topos et ne vous connaissant pas encore, vous êtes invités à vous présenter.

3^{ème} partie – Conclusion & Prière des complies

Tous ensemble - temps indicatif : ~20 minutes

Après le temps de Partage, nous vous invitons à vous rassembler à nouveau tous ensemble.

Le thème de la semaine à venir peut alors être partagé ainsi que le lien vers les topos de la semaine. (<https://caremecouple.fr/topos/>)

L'intention de prière de la semaine peut également être partagée et confiée une première fois tous ensemble durant les complies.

S'il y a des annonces particulières à faire pour la semaine, c'est le bon moment.

Puis vous pouvez conclure la rencontre par la Prière des complies.

Suggestions pour les Complies, utiliser l'application [AELF](#) (l'ensemble des offices y sont disponibles)

En union de prières durant tout ce Carême,

Nous vous souhaitons de belles soirées de fraternités riches de beaux échanges !

Guillaume & Marie, Victor & Domitille