

SEMAINE DE PRIERE ACCOMPAGNEE (SEPAC)

Une « mini-retraite » dans la vie

Les contraintes de temps nous empêchent souvent de dégager quelques jours pour nourrir notre relation à Dieu, voir plus clair dans une situation de vie...

Voilà pourquoi c'est la SEPAC qui se déplace et va jusque chez vous pour aider votre groupe, paroisse ou communauté... à organiser cette démarche courte, intense et personnelle, de mini-retraite dans la vie.

...

La SEPAC, qu'est ce que c'est ?

La Semaine de Prière Accompagnée est une manière simple et accessible de faire retraite au milieu de ses occupations quotidiennes, sans cesser son activité professionnelle ou familiale . Elle se vit à partir d'un lieu de vie (paroisse, mouvement, paroisse universitaire, centre scolaire...). Elle s'adresse à toute personne désireuse de nourrir sa relation à Dieu et prête à s'engager dans l'expérience.

Il s'agit d'une vraie retraite, qui se déroule dans la vie. Comme son nom le suggère, cette semaine invite à prier la Parole, celle de l'Ancien et du Nouveau Testament. Durant 5 jours, le retraitant s'engage en effet à prier personnellement une demi-heure chaque jour, à participer aux rencontres communes et à rencontrer un accompagnateur/trice spirituel 2 ou 3 fois dans la semaine.

Les participants prient chez eux, au moment qui leur convient, et viennent ensuite rejoindre leur accompagnant au temps et au lieu fixés de commun accord.

Le vrai maître qui nous invite à prier et va nous guider est bien le Christ lui-même. L'accompagnant est un vis-à-vis présent pour écouter, encourager, et donner quelques repères au priant.

Au terme de cette expérience, les priants aussi bien que les accompagnant(e)s sont souvent surpris par le renouvellement qui s'est opéré en eux, et parfois autour d'eux.

Beaucoup disent avoir pour la première fois vraiment prié leur vie à la lumière de l'Évangile...

Déroulement de la semaine

Le lancement

Il se fait en général le dimanche et s'articule en trois temps :

- la présentation de la démarche et de l'accompagnement
- Un temps d'entrée dans la prière
- Une première rencontre avec son accompagnateur-trice.

Le premier texte à prier est commun à tous, mais dès le lendemain, les textes sont adaptés aux personnes et à leur cheminement spirituel.

La semaine

Du lundi au vendredi inclusivement, chaque priant choisit le moment de la journée consacré à la prière et rejoint son accompagnateur-trice au lieu et au temps fixé.

La clôture

Elle se fait le samedi suivant. Elle est consacrée

- à la relecture globale de la démarche
- à un partage en petits groupes de ce qui a été marquant
- à la mise en commun des attentes personnelles de chacun-e.

Cette rencontre de clôture est ouverte à toute personne intéressée par cette démarche (amis, famille, voisins...)