

PRIÈRES

D'ADOS



*Espérance
Jeunes*



EdB

« **J** amais je n'avais pensé qu'une simple prière, que récitent d'innombrables personnes tous les jours, aurait tellement d'importance pour moi, ou bien que je pourrais méditer avec tant de profondeur sur le moindre mot de mes propres prières ! »

Au beau milieu de toutes tes occupations, entre les devoirs, le sport, les amis, Internet, il est difficile de trouver un moment pour prier. Mais si tu prends le temps de tisser une relation d'amour avec Dieu, tu te rendras compte que tu as en lui un ami pour la vie, un confident qui t'écoute toujours, à qui tu peux confier tes angoisses, tes rêves, tes désirs... un ami qui t'aime tel que tu es, et qui te soutiendra toujours, quoiqu'il arrive.

Des ados qui cherchent à aimer Dieu de tout leur cœur ont conçu ce livre de prières. Ce sont leurs propres prières adressées à Dieu ou à certains saints, ainsi que les prières traditionnelles de l'Église, qui résonnent dans leur vie.

Que ces prières personnelles et ces pensées d'ados touchent ton cœur, qu'elles te conduisent à une relation plus intime avec Dieu dans ta vie quotidienne.

Si vous souhaitez être tenu au courant de nos publications,
vous pouvez envoyer vos nom, adresse et email aux Éditions des
Béatitudes, Burtin, 41600 Nouan-le-Fuzelier
ed.beatitudes@wanadoo.fr
www.editions-beatitudes.fr

EAN Epub : 978-2-84024-609-1

© Éditions des Béatitudes

Société des Œuvres Communautaires, janvier 2008

Conception de la couverture : Atelier Béatitudes-Graphisme

Illustrations de couverture :

© Norbert Yung/esprit-photo.com ;

© E. Villemain



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

CE QUE DIEU VEUT POUR MA VIE

Confiance

Mon Seigneur, ma vie est emplie de questions par milliers, et je n'en connais pas les réponses... Aide-moi à te regarder pour savoir comment avancer.

Aide-moi à te faire confiance et à savoir que les réponses viendront en temps voulu.

Aide-moi à ne pas m'en faire, à ne pas déprimer, en sachant que tu es là.

Je te le demande en ton nom. Amen.

— *Jean-Eudes*

Prière d'acceptation

Seigneur,

J'ai un fardeau à porter, Une épine dans mon côté.

J'aimerais que les choses soient différentes

Mais c'est comme cela.

Aide-moi à vivre dans la fidélité,

En dépit de mes souffrances,

Et à sentir ta présence en moi,

Quoi qu'il m'arrive aujourd'hui.

— *Raphaël*

Vocation

Mon Seigneur,
Aide-moi à savoir ce que je dois faire de ma vie.
C'est confus.
Je veux vivre selon ta volonté
Et te servir quoi qu'il advienne.
Mais tant de choix sont possibles... Aide-moi je t'en prie !

— *Paul*

Je cherche Dieu

Est-ce qu'il y a quelqu'un qui m'écoute ?
Qui écoute mes prières, mes pensées,
et mes demandes ?
Dieu si tu es là, réponds-moi je t'en prie !
Je te cherche, je te supplie, à genoux...
Est-ce qu'il y a quelqu'un qui m'écoute ?
Je ne peux pas vivre tout seul,
tu ne le vois pas ?
J'ai besoin de quelqu'un qui veille sur moi.
Quelqu'un qui me guide,
et qui me protège constamment.
Est-ce qu'il y a quelqu'un qui m'écoute ?
Aide-moi à ouvrir ces portes closes.
Comment faire ? Je voudrais ouvrir les yeux
et voir ce que Dieu attend de moi.
Je veux être celui qu'il veut que je sois.
Je t'en prie mon Dieu,

Aide-moi à sentir que tu m'écoutes.

— *Daniel*

Pour que je te ressemble davantage

Jésus, présent dans mon cœur,
Montre-moi comment te ressembler davantage
Et comment faire ce que tu veux que je fasse ;
Que je sois toujours un reflet de ton amour pour les autres.

— *Marie*

Viens, Saint-Esprit

Saint-Esprit, viens me purifier de tout ce qui en moi n'est pas reflet de toi, que ta grâce grandisse en moi. Remplis mon cœur d'amour, mon esprit de compréhension. Aide-moi à connaître le dessein de ton amour sur ma vie, et donnenmoi le courage de l'accomplir.

Saint-Esprit, viens renouveler ma foi au Christ, et conduis-moi à lui. Viens me montrer le chemin de la vie, et rapproche-moi de toi. Amen.

— *Mégane*

Être un rayon de lumière

Père, aide-moi à être bon.
Aide-moi à briller des rayons de ton soleil,
Et à attirer les autres à ta lumière.



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

Je t'en prie, rappelle-nous toujours de sourire,
Afin que nous donnions un peu de bonheur à tout le monde.

— *Camille*

Jalousie

Mon Seigneur, aide-moi à reconnaître la bonté que tu as placée en moi. Parfois, je suis tentée de regarder les talents et les bonnes choses que les autres possèdent, et alors je me sens toute petite, et tellement insignifiante. Mais j'ai de nombreuses raisons de rendre grâce, et je sais que tu m'as confié de nombreux talents. Quand le monstre de la jalousie menace de m'envahir, aide-moi à être heureuse des talents qui te glorifient en chacun. Et aide-moi à partager mes dons avec quelqu'un d'autre aujourd'hui. Je te rends grâce, Seigneur.

— *Stéphanie*

HONNÊTETÉ

Mon identité

Dieu, aide-moi à me connaître moi-même, et donne-moi la paix que cette connaissance de soi engendre. Tu m'as créée à ton image ; aide-moi au long de ce chemin, dans cette quête de mon identité. Aide-moi à te voir en moi, et à t'aimer en moi ! Amen.

— *Jeanne*

Vérité

Jésus, s'il te plaît, aide-moi à toujours parler avec honnêteté. Aide-moi à avoir le courage de dire la vérité, même quand il serait plus facile de mentir. Je sais que parfois je blesse les autres avec mes paroles. Apprends-moi l'honnêteté et la bonté, Seigneur, et enseigne-moi à penser avant de parler. Amen.

— *Anne*

La voie médiane

Mon Dieu, ce que j'entends, ce que je vois affecte ce que je fais, ce que je suis, mais aussi la manière dont je perçois les autres.

Parfois, la musique entraîne mes pensées et mes actes vers la drogue, vers l'alcool.

Parfois, les images que je vois me laissent à penser que pour être cool, je dois me couler dans le moule de la voie médiane qui s'ouvre devant moi. Quand je demeure dans ces messages

qui ne respectent pas les autres,
Je ne perçois plus la lumière.
Aide-moi à trouver la musique qui édifie au lieu de détruire.
Aide-moi à changer de chaîne quand je regarde une émission
que je ne devrais pas regarder. Fais de moi ton messenger :
Aide-moi à parler avec mes amis de ce que nous regardons, de
ce que nous écoutons.
Ensemble, nous trouverons la beauté de ce monde.
Nul besoin de se cacher derrière des images, derrière des
paroles
Qui m'empêchent d'être au meilleur de ce que je suis.

— *Julie*

La vérité

Seigneur, j'ai besoin que tu m'aides. Je n'arrête pas de mentir,
alors que je ne le veux pas. Aide-moi à dire la vérité, quel qu'en
soit le prix. Je sais que tu es là pour moi, et que tu me dis ce
que je dois faire. Je n'ai qu'à t'écouter.

— *Bruno*

Tenir mes promesses

Seigneur, c'est une bonne chose que de tenir ses promesses.
Aide-moi à refléter ta vérité dans tous mes actes, dans toutes
mes paroles. C'est facile de dire une chose à voix haute tout en
pensant le contraire, spécialement quand on ne veut pas prendre
ses responsabilités. Mais tu désires que tes disciples soient



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

que je vois, à chaque fois que je pense aux malades et aux souffrants, je suis triste parce que je sais que je fais tellement peu de choses pour les aider. Aide-moi à en faire davantage. Aide-moi à donner de la nourriture à ceux qui ont faim, à donner de l'argent à ceux qui sont dans le besoin, et à faire du bénévolat dès que je le peux. Qu'un jour sur cette terre, il n'y ait plus de souffrance, plus de famine, et plus de maladie. Amen.

— *Matthieu*

Donner mes cadeaux

Mon Dieu, pardonne-moi quand je ne suis pas heureux des cadeaux que je reçois. Aide-moi à me souvenir de ceux qui ne possèdent pas tout ce que je possède, et donne-moi de les aider en leur communiquant certaines des bénédictions que j'ai reçues.

— *Nicolas*

Manifester l'amour

C'est incroyable
Ce qu'un petit geste d'amour peut accomplir,
Une toute petite attention d'amour,
Quand on a un peu de vague à l'âme.

Il faut juste un petit câlin
Pour montrer son amour

Il faut juste une voix qui dit : « bonjour »
Un sourire qui veut dire : « je t'aime tellement »

Il ne faut qu'un mot de partage
Qui dit : « je te comprends »
Un appel qui montre que j'ai pensé à toi
Ou une main tendue.

Je te remercie, mon Dieu, pour tout cela
Car c'est ton amour qui nous permet
De répondre par un câlin, un sourire, une attention
Ces petits gestes qui nous montrent que tu es avec nous
aujourd'hui.

— *Thibault*

Donner à l'autre

Seigneur, il y a de nombreuses personnes en ce monde qui souffrent plus que moi. Pardonne-moi, car je ne suis pas aussi généreux que je le devrais, je ne fais pas assez d'efforts pour aider ceux qui en ont besoin. Je sais qu'autour de moi, tout près, je peux trouver de nombreuses occasions de me donner à l'autre. Aide-moi, Seigneur, à employer mes talents et mes ressources pour te rendre gloire, et pour agir. Amen.

— *Alex*

LA PAIX

Donne-nous la paix

Garde-nous en paix
et protège-nous de la violence.

Aide-nous à ne rien faire,
à ne rien penser de mal.

Viens aider tous ceux qui souffrent de la guerre, tous ceux qui
sont en deuil,

tous ceux qui ont faim.

Donne-nous la paix, Seigneur. Amen.

— *Michaël*

Des temps difficiles

Mon Dieu,

Aide-moi à voir ce qui est bien
dans les temps difficiles,

Aide-moi à sentir ta présence
dans les temps de tristesse,

Et quand je suis dans le désarroi,

Viens essuyer toute larme de mes yeux. Amen.

— *Gabrielle*

Le combat de la dépression

Mon Sauveur, je t'en prie, soulève le voile de ténèbres qui a



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

Dieu m'aime comme je suis

Seigneur,

Tu m'aimes.

Et tu n'aimes pas uniquement le bon en moi,

Mais tu aimes aussi ce dont j'ai le plus honte en moi.

Avec toutes mes fautes,

Toutes mes étroitures,

Mes péchés aussi et puis

Mes faiblesses,

Tu m'aimes.

Pour ce que je suis,

Et non pour ce que je pourrais être,

Et non pour ce que je voudrais être,

Et non pour ce que j'essaie d'être ;

Tu m'aimes pour ce que je suis.

C'est difficile à croire

Que l'on peut m'aimer comme cela,

Que l'on peut tout aimer en moi,

Tout en m'encourageant à changer

Ce qui est petit et étroit

En moi.

Je te remercie parce que toujours,

Tu m'aimes. Amen.

— *Jérémie*

Lutter contre les troubles alimentaires

Mon Dieu, je sais que sans toi je ne peux rien

Je sais que je suis faible

J'ai besoin de toi.

J'explique aux autres ce que c'est

quand on est anorexique

Mais toi tu le sais déjà.

Tu me connais si bien.

Continue à me donner

la force de mener ce combat,

et la force de demander de l'aide

quand j'en ai besoin.

Pendant ces longues heures de la journée,

Quand je me sens seule, quand je me sens triste,

Aide-moi à m'élancer dans tes bras,

Donne-moi la grâce pour continuer à avancer.

Aide-moi à me rappeler aujourd'hui encore

combien tu m'aimes

et combien tu prends soin de moi.

— *Sylvie*

Lutter pour la beauté intérieure

Mon Seigneur, aide-moi à savoir que je suis ta bien-aimée,
créée à ton image. Aide-moi à me rendre compte que tu m'as

créée pour que je sois moi, et personne d'autre, et que je suis irremplaçable et merveilleuse à tes yeux.

Tes mains m'ont façonnée quand j'étais dans le ventre de ma mère : je suis ton trésor. Aide-moi à voir que tu as placé en moi une grande beauté. Et cette beauté, je ne peux ni la mettre de côté ni la détruire. Je dois la dévoiler, la mettre en valeur. Aide-moi à savoir que ma valeur, ce n'est pas ce que les autres pensent de moi. Aide-moi à croire que j'ai une dignité, que je suis ton enfant et que j'ai du prix à tes yeux, pour toujours. Et aide-moi à toujours voir la dignité et la valeur que tu as déposées en chacun. Amen.

— *Mélissa*

Personne ne me connaît

Seigneur, es-tu là ?

Je me sens si seul...

C'est comme si personne ne connaissait le véritable « moi »,
Mais de toute façon, s'ils me connaissaient,
ils ne m'aimeraient pas.

Aide-moi à croire en toi et à te faire confiance.

Je t'en prie, Seigneur,

Marche à mes côtés et protège-moi du mal.

Aide-moi à voir ce qu'il y a de bon en chacun,
et aussi en moi-même.

Et aide-moi à sentir ta présence à mes côtés,
à chaque instant. Amen.



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

monde, et le rendre meilleur ! Je me sens tellement heureuse et dans l'action de grâce de vivre aujourd'hui ! C'est un sentiment bouleversant.

— *Delphine*

Merci d'être mon rocher

Seigneur, je te rends grâce parce que tu es mon rocher, un rocher solide et qui ne changera pas. Ma vie est parfois tellement surprenante, tellement troublante aussi. J'ai parfois l'impression qu'il n'y a personne à qui je peux faire vraiment confiance ! Alors je te remercie parce que toi, tu es toujours là. Sans toi, je ne pourrais jamais saisir toutes ces occasions que la vie m'offre.

— *Vincent*

Parce que tu es là

Mon Seigneur, je te rends grâce parce que tu es toujours là. Quand la vie devient difficile, je sais que je peux toujours te parler. Quand tout à coup surgit un obstacle devant moi, et que je n'ai pas vraiment envie d'en parler avec mes amis ou mes parents, je sais que toi tu es là pour m'écouter. Je sais que toi, tu ne te moqueras pas de moi, que tu ne m'aimeras pas moins pour autant. Et quand je me sens triste ou en colère, je peux tout te raconter et je sais que toi, tu me comprendras. Quand je te raconte les bonnes nouvelles, je sais que tu es content pour moi. Tu es toujours prêt à m'écouter, alors que moi parfois je ne t'écoute pas... alors je te remercie parce que tu me permets de

te parler avec tellement de liberté. Je te remercie, parce que tu es toujours là pour moi, Seigneur.

— *Bérénice*

Rien que pour aujourd'hui

Ô, puissant Créateur du Ciel et de la Terre,
Je veux te rendre grâce pour cette belle journée
que j'ai vécue aujourd'hui,
Une journée de louange, d'action de grâce
et de bénédictions.

J'aime à me souvenir, quand je contemple
les étoiles du ciel,

Que tu les as toutes créées
avec amour et tendresse,

Tout comme tu m'as créée...

Et tout comme les étoiles du ciel,
chacun de nous est beau,
chacun est unique

Et nous te rendons gloire
quand nous laissons transparaître en nous
ta beauté...

Et cette belle journée, c'est toi qui l'as créée,

Et je te rends grâce de l'avoir vécue avec moi

À chaque instant tout au long de ce jour

En me soutenant par ton amour et ta tendresse.

Et demain, je veux te bénir

pour tout ce qui me réjouira
Et employer les moments difficiles
pour devenir plus forte.

— *Camille*



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

Sainte Faustine (1905-1938)

Sainte Faustine nous a montré ce qu'est la compassion envers les autres. Dieu lui a accordé d'avoir une compassion particulière envers ceux qui souffrent, et elle a aidé les autres à porter leur croix. Jésus a fait connaître le message de sa Divine Miséricorde par cette humble religieuse polonaise.

— *Thérèse*

Prière

Jésus, tu as accordé à ta servante sainte Faustine une profonde expérience de ta miséricorde infinie, accorde-moi, par son intercession, la grâce d'accueillir la miséricorde dans ma vie, et d'offrir aux autres cette miséricorde. Même si je n'ai pas toujours fait preuve de miséricorde envers ceux qui en avaient besoin, donne-moi de comprendre, à l'exemple de sainte Faustine, ce que sont l'esprit de sacrifice et la vertu. C'est avec une grande confiance que je me présente devant toi pour te demander (mentionnez ici votre intention) par son intercession. Sainte Faustine, prie pour nous !

Bienheureuse Teresa de Calcutta (1910-1997)

Mère Teresa de Calcutta, la fondatrice des Missionnaires de la Charité, était une sœur tout humble qui brûlait du désir de servir les « plus pauvres des pauvres ». Elle a commencé par prendre soin des mourants de Calcutta, en Inde, et puis elle s'est penchée sur les malades, les sans-abri, les mal-aimés du monde entier. Elle croyait que Jésus était particulièrement présent dans les pauvres, et qu'en le servant à travers eux, elle accomplissait « quelque chose de beau pour Dieu ». Elle a reçu le prix Nobel de la Paix en 1979 et elle est devenue l'une des figures catholiques les plus emblématiques du XX^e siècle. Elle a été béatifiée en 2003.

— Sonia

Prière

Jésus, aide-moi à te reconnaître dans les pauvres et dans les nécessiteux de toute forme. Aide-moi à être généreux, non seulement au plan matériel, mais aussi en donnant de mon temps. Comme l'a fait ton amie, Mère Teresa, je veux te servir en accomplissant « quelque chose de beau pour Dieu » dans toute ma vie. Amen.

Faustino (1946-1963)

Faustino Pérez-Manglano est né à Valencia en Espagne, le 4 août 1946.

Comme tous les jeunes de son âge, il aime le sport, le foot, le cinéma, la télévision, la lecture, les sorties entre copains et les camps d'été sous la tente.

Il a une fidélité à toute épreuve, une volonté de fer, un amour intense pour le Christ et une tendresse filiale pour la Vierge Marie ; mais il est si simple, si naturel que rares sont ceux qui ont perçu tout ce qu'il vivait. Membre d'une fraternité marianiste, il avait fait sa consécration à Marie le 9 février 1963, après avoir reçu le sacrement des malades. Son désir le plus cher est alors de se consacrer aux autres comme religieux marianiste et comme missionnaire en Amérique Latine. À quatorze ans, on lui découvre une maladie incurable (maladie de Hodgkin). Néanmoins il continue à vivre à fond sa vie d'adolescent. À seize ans, le 3 mars 1963, il s'éteint, en nous laissant son dernier sourire.

— Anaïs

Prière

Par l'intercession de Faustino, Seigneur, aide-moi à être tout sourire, à manifester ta joie. Je veux apprendre à te parler de tout, à approfondir cette amitié qui m'unit à toi. Que Faustino m'enseigne à vivre chaque jour avec la Vierge Marie. « Être saint, c'est aimer Dieu et c'est plus facile avec la Vierge. »



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

Anima Christi – Âme du Christ

L'Anima Christi est l'une de mes prières préférées, et elle me rappelle que je me nourris de Jésus. « Anima Christi » signifie « Âme du Christ », et cette prière exprime le besoin que j'ai du Christ, mon désir pour lui, parce que, sans lui, je ne suis rien.

— Vincent

Âme du Christ, sanctifie-moi ;
Corps du Christ, sauve-moi ;
Sang du Christ, enivre-moi ;
Eau du côté du Christ, lave-moi ;
Passion du Christ, fortifie-moi ;
Ô bon Jésus, exauce-moi ;
Dans tes blessures, cache-moi ;
Ne permets pas que je sois séparé de toi ;
De l'ennemi, défends-moi ;
À ma mort, appelle-moi ;
Ordonne-moi de venir à toi,
Pour qu'avec les saints je te loue
Dans les siècles des siècles. Amen !

Prière pour la paix, de saint François d'Assise

La paix a une grande importance dans nos vies, mais elle est bien difficile à trouver et encore plus à garder. J'ai une carte avec cette prière dans ma Bible, et je la dis tous les soirs. Je prie pour la paix dans le monde, mais aussi dans ma famille et pour mes amis.

— *Mathilde*

Seigneur, Fais de moi un instrument de ta paix,
Là où est la haine, que je mette l'amour.
Là où est l'offense, que je mette le pardon.
Là où est la discorde, que je mette l'union.
Là où est l'erreur, que je mette la vérité.
Là où est le doute, que je mette la foi.
Là où est le désespoir, que je mette l'espérance.
Là où sont les ténèbres, que je mette la lumière.
Là où est la tristesse, que je mette la joie.

Ô Seigneur, que je ne cherche pas tant
à être consolé qu'à consoler,
à être compris qu'à comprendre,
à être aimé qu'à aimer.

Car c'est en donnant que l'on reçoit,
c'est en s'oubliant que l'on se trouve,

c'est en pardonnant que l'on est pardonné,
c'est en mourant que l'on ressuscite
à la vie éternelle.



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

<http://www.exultet.net>

Tu peux écrire ici ta prière...

Table des matières

Couverture

4e de couverture

Copyright

Titre

Titre original

Introduction

PREMIÈRE PARTIE - PRIÈRES D'ADOS

- FORTIFIE MA FOI
- CE QUE DIEU VEUT POUR MA VIE
- CONSEILLE-MOI
- À LA SUITE DU CHRIST
- BONTÉ
- HONNÊTÉTÉ
- ÉTUDES
- AMITIÉ
- LOUANGE
- VIVRE POUR LES AUTRES
- LA PAIX
- LE PARDON
- LA CONFIANCE EN SOI
- LE REGARD DES AUTRES
- LA FAMILLE
- PRIÈRES D'ACTION DE GRÂCE
- PRIÈRES À MARIE

DEUXIÈME PARTIE - PRIÈRES D'ADOS AVEC LES SAINTS

- Saint Paul (Ier siècle)
- Saint François d'Assise (1182-1226)
- Sainte Claire (1193-1253)
- Saint Vincent de Paul (1580-1660)
- Saint Jean Bosco (1815-1888)
- Saint Dominique Savio (1842-1857)
- Sainte Joséphine Bakhita (1869-1947)
- Sainte Thérèse de Lisieux (1873-1897)
- Saint Pio de Pietrelcina (1887-1968)
- Bienheureux Pier Giorgio Frassati (1901-1925)
- Sainte Faustine (1905-1938)
- Bienheureuse Teresa de Calcutta (1910-1997)
- Faustino (1946-1963)

TROISIÈME PARTIE - LES PRIÈRES

TRADITIONNELLES PRÉFÉRÉES DES ADOS

- Le signe de la croix
- Notre Père
- Réjouis-toi Marie
- Gloire au Père
- Credo
- Acte de foi
- Acte d'espérance
- Acte de charité
- Acte de contrition
- L'Angélus
- Dieu soit béni
- Anima Christi – Âme du Christ
- Prière pour la paix, de saint François d'Assise

- Prière pour obtenir la sérénité
 - Ne me quitte pas
 - Prière du cardinal Newman
 - Offrande du matin
 - Ange de Dieu
 - Prière devant le Crucifix
 - Souviens-toi
 - Salut Reine
 - Prière d'une ado pour Marie et Joseph
 - Le chapelet de la Divine Miséricorde
 - Le Rosaire
 - Le Chemin de croix
 - Textes bibliques pour trente jours avec Jésus
- Table des matières