



Des « lectio divina » à vivre

Une introduction

Les mots « lectio divina » ne sont pas courants. Que se cache-t-il derrière cette formule ? Il s'agit tout d'abord d'une formule latine qui signifie : « Lecture divine ». Dans le langage de la spiritualité, la « lectio » se présente à nous comme une démarche de méditation silencieuse et approfondie de la Parole, qui puise ses racines dans la piété d'Israël, mais qui sera quelque peu codifiée en milieu monastique chrétien dans le courant du XII^e siècle. Elle se construit autour de quatre étapes : la lecture ou « lectio », la méditation ou « meditatio », la prière ou « oratio » et se conclut par la contemplation ou « contemplatio ». Il s'agit en fait d'une démarche de lecture intériorisée de la Parole qui devient source de méditation et de prière. Elle peut se vivre en solitude, si l'on dispose d'assez de temps, mais elle peut aussi se vivre en groupe, et se révèle, dans l'écoute mutuelle et le partage, source d'un profond renouveau dans notre approche de l'Écriture.

Les lignes qui suivent développent le déroulement d'une lectio et proposent quelques pistes pratiques pour la vivre en communauté.

1. ENTRÉE EN MÉDITATION (20 À 25 MINUTES)

L'expérience montre que l'on ne quitte pas l'agitation de nos vies pour entrer immédiatement dans le silence et l'écoute de la Parole. Nous proposons donc comme « mise en bouche » ou comme entrée en méditation, quelques textes tirés d'ouvrages de spiritualité, qui expriment notre désir de faire véritablement silence devant Dieu pour lui permettre de se révéler à nos cœurs. Ces textes sont choisis pour préparer chacun à l'écoute de la Parole qui sera au centre de la veillée. Quelques lectures tirées de l'Ancien Testament comme du Nouveau, ainsi que des prières « écrites » viennent nourrir ce premier temps de la rencontre. On y insère quelques « soupirs » musicaux.

L'expérience a montré qu'il est préférable de garder le même choix musical pour toute la veillée. Le choix se portera sur une musique « méditative », discrète, et de 3 à 4 minutes maximum.

Chaque participant dispose du texte complet des différentes paroles prononcées au cours de cette entrée en méditation.



2. TEMPS DE L'ÉCOUTE ET DE LA MÉDITATION (30 MINUTES)

Avant de demander à l'un des participants de lire à voix haute le texte qui sera médité, un court moment de silence est proposé et une prière prononcée pour demander au Saint-Esprit de nous rendre disponibles et attentifs à la Parole qui va être méditée.

Puis vient un temps de silence de 30 minutes. Chaque participant a le texte photocopié devant lui. Il peut disposer de sa bible, mais ce n'est pas conseillé. L'objectif est de rester devant le seul texte proposé. Chacun est invité à souligner, à annoter, à commenter... à écrire ce qui sera dit lors du moment de partage et, pourquoi pas, à rédiger une prière de réponse à ce que la méditation du texte nous aura fait découvrir.

Le respect du timing nous semble essentiel. Certains voudraient s'arrêter après 15 minutes, d'autres voudraient pouvoir prolonger. Si ce choix de 30 minutes peut paraître arbitraire, il a le mérite de donner un cadre que tous les participants sont invités à respecter.

Plusieurs au cours de ce moment reviennent sur le photocopié et relisent les textes et prières du moment d'introduction de la rencontre, et y trouvent une parole qui éclaire le texte médité.

3. TEMPS DE LA MISE EN COMMUN (30 MINUTES SELON LE NOMBRE DE PARTICIPANTS PRÉSENTS)

Chaque participant a la liberté de s'exprimer ou de garder le silence. Le but n'est pas de résumer le texte, mais de souligner ce qui nous a plus particulièrement touchés et de le dire en quelques phrases si le groupe est important.

Attention à ceux qui proposent une « prédication » du texte médité ! Ce n'est ni le moment, ni le but. Ce partage est « libre ». Chacun a la liberté de dire ce que le texte a éveillé en lui, positivement ou négativement. Ce temps de partage n'est pas le lieu d'une confrontation de points de vue ou d'un échange avec les autres participants ou avec l'animateur de la rencontre, comme c'est le cas lors d'une étude biblique traditionnelle. On s'écoute et on reçoit de l'autre ce que le Seigneur lui a murmuré pendant ce temps de silence.

4. TEMPS DE PRIÈRE À PARTIR DU TEXTE

Au cours de ce dernier moment de la rencontre, chacun est invité à prendre le texte comme point d'appui pour sa prière. C'est une occasion d'exprimer ce qui a été découvert et de se l'approprié à travers une parole de reconnaissance ou de demande. On n'a pas été seulement à l'écoute d'une Parole, mais on veut que cette Parole prenne racine dans nos vies.

On peut aussi demander à chaque participant d'écrire une courte prière pendant le temps de méditation du texte. Prière qui pourra être dite lors de cette quatrième étape de la soirée.

5. CLÔTURE DE LA RENCONTRE ET PAROLE D'ENVOI

La rencontre se termine par une parole d'envoi et la récitation du « Notre Père ».



« Venez à moi ! »

Lectio à partir de 1 Pierre 1.1-9

1. TEMPS DE PRÉPARATION

Ecoute musicale

Salutations et accueil mutuel – déroulement de la soirée – buts et moyens :

« Empressons-nous d'entrer dans son repos... »

Hébreux 4.11

Prière d'introduction :

Père,

En cette fin de journée, nous sommes à nouveau réunis, à quelques-uns, devant toi.

Nous sommes là, avec la fatigue du jour qui s'achève, les soucis de toutes sortes qui souvent nous accablent, et puis ce monde autour de nous qui n'arrête pas de se déchirer, d'élever entre les hommes des murs d'incompréhension et de haine... que ce soit en XXX, au XXX, au XXX... et cette crise économique qui écrase les plus faibles...

*Tout ce qui nous accable et qui nous préoccupe,
nous voulons simplement le déposer à tes pieds.*

Nous savons que toi aussi tu souffres de la souffrance d'un monde qui te refuse. Mais nous savons aussi que tu te préoccupes des détails les plus insignifiants de nos vies...

*Cela devrait nous rassurer et nous conduire
à ne chercher qu'en toi notre refuge, notre paix.*

Nous voudrions simplement te demander que ce temps que nous allons passer devant toi, soit pour chacun d'entre nous comme un temps de sabbat, un temps de ressourcement et de paix, et l'occasion de trouver en toi notre repos.

*Toi-même, à plusieurs reprises, tu as invité tes disciples à prendre un peu de repos, loin de l'agitation du monde : « Venez à l'écart, leur disais-tu, et reposez-vous un peu... »
C'est auprès de toi que nous voulons nous tenir, simplement, silencieusement...*

Trouve, Seigneur, le chemin de nos cœurs. Aide-nous à faire silence pour entendre ta voix, pour une fois de plus nous réjouir et nous émerveiller de la réalité de ton amour.

Viens, par ton Esprit, nous nourrir et nous désaltérer, pour que nous puissions reprendre la route, plus forts de ton amour, de ta tendresse et de ta présence au cœur de nos vies.

Dans le nom de ton Fils bien-aimé, nous te prions.

Amen.

Nous pouvons silencieusement ajouter une intention à cette prière d'introduction.

Ecoute de la Parole : Matthieu 11.28-30

« Venez à moi vous tous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et je vous donnerai le repos. Prenez sur vous mon joug et laissez-moi vous instruire, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour vous-mêmes. Le joug que je vous invite à prendre est facile à porter et le fardeau que je vous propose est léger. »

Entrer dans le repos de Dieu :

« Le sabbat a été institué en Israël lorsque le peuple est sorti d'Égypte : il faut être libéré de l'esclavage pour pouvoir arrêter de travailler. Une fois par semaine, le peuple de Dieu arrête de travailler durant le sabbat : c'est le sabbat pour le Seigneur, un temps où l'on ne travaille pas. Et cela est bien plus qu'une habitude de santé, qu'un rythme apportant le repos nécessaire. C'est l'occasion de se rappeler que l'on n'est plus esclave, qu'on a la possibilité de ne pas travailler, parce que le sens d'une vie humaine ne peut être fondé exclusivement sur le travail : en présence de Dieu, ce n'est pas par son travail que l'homme existe, mais parce qu'il est aimé de son créateur.

Il est très profitable **d'envisager le temps de la prière silencieuse de cette manière, comme un petit sabbat au sein de la journée**. Durant le temps de la prière, tout travail s'arrête, et il est bon de veiller à ce que le travail n'envahisse pas la prière. Tant de chrétiens hyperactifs passent le temps de leur prière à demander à Dieu son pardon pour ce qu'ils n'ont pas fait, et sa force pour en faire encore plus, tout en lui demandant de se mettre lui aussi au travail : leur prière de demande consiste à dire à Dieu tout ce qu'il a à faire. Eux-mêmes n'existent que par leur activité, ils considèrent que Dieu doit être logé à la même enseigne. La prière silencieuse introduit une rupture dans cette spirale infernale du travail et de l'efficacité. Elle ne sert à rien, n'est pas utile et doit rester un temps de liberté. (...)

Si vous avez une vie très active et des journées bien pleines, **vous êtes dans les conditions idéales pour la prière silencieuse**. Elle n'est pas réservée aux malades et aux retraités, si tant est que ceux-ci soient moins envahis par l'activité que les autres... Une journée très remplie se trouvera transformée si elle est marquée par un temps qui n'est pas rempli, par un temps de gratuité, un sabbat pour le Seigneur. (...)



Si chaque journée de travail est marquée par un temps consacré à ne pas travailler mais à se tenir gratuitement en présence de Dieu, bien des choses peuvent changer. Beaucoup soulignent que ce temps leur apparaît de plus en plus comme le centre de gravité de la journée, le moment le plus vrai, le plus juste par rapport auquel toute l'activité se trouve ordonnée, et remise à sa juste place.

Passer du temps gratuitement en présence de celui que, dans la foi, je reconnais comme mon Sauveur, me tenir en présence de Celui dont je sais, dans la foi, que j'ai du prix à ses yeux quoi que je fasse, voilà qui remet tout travail dans sa juste perspective. »

Jean-Marie Gueullette

(*Petit traité de la prière silencieuse*, Paris, Albin Michel, 2015, p. 66-68)

Ecoute musicale :

Silence et repos

*Prends-moi dans ton repos,
loin des bruits et de l'agitation du monde.*

*Dans un repos
où tout mon être se retrouve en sa vérité,
en sa nudité, en sa misère,
car ce silence me permet de me découvrir moi-même.*

*Fais taire en moi ce qui n'est pas de toi,
ce qui n'est pas ta présence.*

*Impose silence à mes désirs,
à mes caprices, à mes rêves d'évasion,
à la violence de mes passions.*

*Imprègne de ton silence ma nature
trop impatiente de parler,
trop encline à l'action extérieure et bruyante.*

*Fais descendre ton silence jusqu'au fond de mon être,
et fais remonter ce silence vers toi, en hommage d'amour.*



Temps de silence et d'appropriation

invitation à faire silence pour se rendre présent à ce « repos » de Dieu

Ecoute musicale :



Ecoute de la Parole: Jean 14.1-7

« Ne soyez pas si inquiets, nous dit Jésus. Ayez confiance en Dieu et ayez aussi confiance en moi. Il y a beaucoup de place dans la maison de mon Père ; sinon vous aurais-je dit que j'allais vous préparer le lieu où vous serez ? Et après être allé vous préparer une place, je reviendrai et je vous prendrai auprès de moi, afin que vous soyez, vous aussi, là où je suis. Quant au lieu où je vais, vous en savez le chemin.

Je suis le chemin, la vérité, la vie. Personne ne peut aller au Père autrement que par moi. Si vous me connaissiez, vous connaîtriez aussi mon Père. Et dès maintenant vous le connaissez, vous l'avez vu. »

« Il est bon d'envisager la prière aussi de cette façon-là : un rendez-vous avec Dieu, qui est une priorité.

On a toujours beaucoup d'autres choses à faire à l'heure de la prière.

Des choses importantes et urgentes, de préférence... Mais si l'on fait le choix, jour après jour, de se tenir à ce que l'on a décidé – c'est-à-dire de ne rien faire, avec Dieu et pour Dieu, pendant un moment – on exprime, et on se montre à soi-même, que ce temps consacré à Dieu est ce qui est le plus important. »

Jean-Marie Gueullette

(Petit traité de la prière silencieuse, Paris, Albin Michel, 2015, p. 102)



Temps de silence et d'appropriation

Bien-aimés du Père :

« La prière de louange et d'adoration... C'est une prière désintéressée, où tu exprimes au Christ tout l'amour de ton cœur, ou plutôt, le peu d'amour que tu éprouves pour lui – car c'est là le paradoxe d'une telle contemplation : plus nous essayons de découvrir l'amour du Christ, et plus notre cœur est brisé par notre indifférence et notre ingratitude en face du Christ. C'est l'essence même de la prière. Tu découvriras vite que tu es peu attaché au Christ ; tu sentiras ton cœur lourd et épais, incapable de le contempler longuement, parce que tu l'aimes peu.

Le bienfait d'une telle contemplation est de te faire découvrir expérimentalement combien tu as un cœur dur et sec, devant l'amour infini de Jésus qui éclate dans sa passion.

Si tu éprouves ces sentiments, c'est le signe que ton cœur se « dégrossit » et que tu perçois l'abîme qui te sépare du Christ.

Accepte d'être désorienté, pauvre et impuissant devant lui ; surtout, fais de cette souffrance une supplication, afin qu'au moment venu, il te fasse goûter intérieurement l'amour qu'il te porte. »

Jean Lafrance

(Prie ton Père dans le secret, Paris, Médiaspaul, 2011, p. 111)



Ecoute musicale :

Prière de réponse :

*Père, ce soir j'irai sans crainte vers le repos en toi
parce qu'il est le repos de l'amour.
Je ne dresserai pas le bilan de mes insuffisances
ni de mes errances loin de toi.
Je ne relirai pas mes déroutes.
Je me tiendrai tranquille comme la flamme allumée dans l'ombre.
Je serai attentif à l'accueil de tes mains,
à la bienveillance de ton regard,
à ton amour sans condition.*

Amen.



Ecoute de la Parole : Psaume 34.1-11

« Je veux remercier le Seigneur en tout temps.
Que ma bouche ne cesse pas de le louer !
Le Seigneur est toute ma fierté.
Vous, les humbles, réjouissez-vous de m'entendre le louer.
Joignez-vous à moi pour dire la grandeur du Seigneur.
Ensemble, proclamons bien haut qui il est.
Je me suis adressé au Seigneur
et il m'a répondu, il m'a délivré de toutes mes craintes.
Ceux qui lèvent les yeux vers lui rayonnent de joie ;
la honte n'assombrit plus leur front !
Voilà un pauvre qui a crié au secours ;
le Seigneur l'a entendu et l'a sauvé de tout ce qui l'angoissait.
L'ange du Seigneur monte la garde autour des fidèles et les met hors de danger.
Éprouvez et constatez combien le Seigneur est bon.
Heureux l'homme qui a recours à lui !
Vous qui appartenez au Seigneur, reconnaissez son autorité ;
rien ne manque à ceux qui lui sont soumis.
Les puissants ne sont pas à l'abri de la disette et de la faim,
mais ceux qui s'adressent au Seigneur ne manquent d'aucun bien. »



Temps de silence et d'appropriation

Prière de réponse :

*Seigneur, comme j'aime être à tes côtés dans la paix du soir
autant qu'à l'aube neuve.
Ce temps de suspens où tu t'approches de moi.
Si longtemps j'ai tardé à te rejoindre.
Par distraction ou par peur,
j'ai repoussé le moment de recevoir ton amour
au plus intime de ma personne.
Maintenant je n'aspire plus qu'à être à toi.
Je laisse lumière et chaleur envahir mon cœur.
Je me sens transfiguré par le seul bonheur de ta présence,
plutôt que par l'effet de ma volonté.*

Amen.

Ecoute musicale :

6. TEMPS DE L'ÉCOUTE

Prière pour demander à Dieu d'ouvrir nos cœurs
à sa Parole : « Père très bon »

*« Père très bon, ta Parole retentit aujourd'hui,
et nous te bénissons de ne pas te lasser de la proclamer.
Ta Parole retentit aujourd'hui parfois avec force pour ébranler nos vies,
parfois avec une infinie douceur pour réchauffer nos cœurs,
parfois dans le lointain, parfois si proche aussi.
Mais toujours elle porte un nom : Jésus-Christ.
A ce nom tout genou fléchit.
En lui ta Parole a pris chair, et ton silence aussi.
Viens par ton Esprit disposer nos cœurs à l'écoute.
Viens nous aider à faire silence pour entendre à nouveau ta voix,
pour nous émerveiller, nous réjouir, pour nous prosterner devant toi et t'adorer.
O Dieu, toi notre Père, notre paix, dans l'infini de ton amour.
Au nom de notre Seigneur Jésus-Christ. »*

Daniel Bourguet

**Lecture du texte à méditer: 1 Pierre 1.1-9**

« Pierre, apôtre de Jésus-Christ, à ceux qui sont
étrangers et dispersés dans le Pont, la Galatie,
la Cappadoce, l'Asie et la Bithynie,
2 élus selon la prescience de Dieu le Père,
par la sanctification de l'Esprit, afin qu'ils
deviennent obéissants, et qu'ils participent à
l'aspersion du sang de Jésus-Christ : que la
grâce et la paix vous soient multipliées !
3 Béni soit Dieu, le Père de notre Seigneur
Jésus-Christ, qui, selon sa grande miséricorde,
nous a régénérés, pour une espérance vivante,
par la résurrection de Jésus-Christ d'entre les
morts, 4 pour un héritage qui ne se peut ni
corrompre, ni souiller, ni flétrir, lequel vous
est réservé dans les cieux, 5 à vous qui, par la
puissance de Dieu, êtes gardés par la foi pour
le salut prêt à être révélé dans les derniers
temps ! 6 C'est là ce qui fait votre joie, quoique
maintenant, puisqu'il le faut, vous soyez
attristés pour un peu de temps par diverses
épreuves, 7 afin que l'épreuve de votre foi, plus
précieuse que l'or périssable qui cependant est
éprouvé par le feu, ait pour résultat la louange,
la gloire et l'honneur, lorsque Jésus-Christ
apparaîtra, 8 lui que vous aimez sans l'avoir
vu, en qui vous croyez sans le voir encore, vous
réjouissant d'une joie ineffable et glorieuse,
9 parce que vous obtiendrez le salut de vos
âmes pour prix de votre foi. »



7. TEMPS DE LA MÉDITATION



Méditation silencieuse du texte : 1 Pierre 1.1-9

On est ici au cœur de la lectio.

Le texte proposé va être médité silencieusement par chaque participant pendant un minimum de 30 minutes. Chacun est invité à annoter, souligner, regrouper les idées communes, marquer les lignes de force du texte... en un mot à s'arrêter sur tout ce que le texte éveille en nous.

L'étape suivante de la lectio sera de partager avec les autres ce que l'on a découvert, en toute liberté, sans que les autres ne puissent commenter ce qui a été exprimé.

Il s'agit d'une étape d'écoute mutuelle sans jugement ou a priori. Chaque participant doit se sentir libre d'exprimer ce qu'il croit avoir découvert dans le texte.

8. TEMPS DE LA MISE EN COMMUN

Ce que le texte m'a fait découvrir.

9. TEMPS DE LA PRIÈRE - LECTURE PRIÉE DU TEXTE

Ecoute musicale :



Lecture du texte à méditer : 1 Pierre 1.1-9



Silence et prière à partir du texte

Notre prière peut être nourrie par les méditations qui ont ponctué notre rencontre.

10. CLÔTURE DE LA RENCONTRE ET ENVOI

Bénédiction et clôture de la rencontre.

Ecoute musicale : Notre Père. DP / N. Kedroff

Fraternités monastiques de Jérusalem - Cantate Jérusalem - CD 3/19 - 2'27



« Pour le temps de Pâques »

Lectio à partir de Luc 9.28-36

1. TEMPS DE PRÉPARATION

Ecoute musicale

Salutations et accueil mutuel – déroulement de la soirée – buts et moyens :

« Seigneur, il est bon que nous soyons ici. »

Luc 9.33

Prière d'introduction :

Seigneur Jésus,

Nous entrons dans ces dernières semaines qui nous séparent de ta Passion.

Et pourtant, nous devons constater que nous nous préparons bien mal à entrer dans ce temps du souvenir. L'agitation et le tumulte de nos vies ne nous laissent pas beaucoup la possibilité de nous arrêter pour tourner nos regards vers toi. Alors, au cours de cette lectio, nous voudrions humblement te demander de nous rendre disponibles à ta Parole, disponibles à ta présence.

Nous avons besoin de ces haltes que tu nous prépares et où tu nous attends.

Aide-nous à taire l'agitation de nos cœurs, pour que la Parole que nous allons méditer trouve un terrain favorable, et non un champ rempli de ronces et d'épines qui vont s'empressement de l'étouffer.

Nous savons que le plus grand désir de ton cœur est de nous manifester ton amour, rends-nous sensibles à ton désir pour que nous repartions de ce lieu, nourris, enrichis, renouvelés de ces forces nouvelles que tu veux nous donner.

C'est dans la paix et la confiance que nous prions.

Amen.

Nous faisons silencieusement nôtre cette prière.



Ecoute de la Parole : Psaume 27.1-6

« Le Seigneur est ma lumière et mon sauveur, je n'ai rien à craindre de personne.

Le Seigneur est le protecteur de ma vie, je n'ai rien à redouter.

Si des gens malfaisants s'approchent de moi comme des bêtes féroces, ce sont eux, mes ennemis acharnés, qui se retrouveront par terre.

Si une armée vient m'assiéger, je n'éprouve aucune peur.

Et si la bataille s'engage contre moi, même alors je me sens en sécurité.

Je ne demande qu'une chose au Seigneur, mais je la désire vraiment : **c'est de rester toute ma vie chez lui, pour jouir de son amitié** et guetter sa réponse dans son temple.

Alors, quand tout ira mal, il pourra m'abriter sous son toit, il me cachera dans sa maison, il me mettra sur un roc, hors d'atteinte.

Du coup, je regarderai de haut les ennemis qui m'entourent.

Et dans sa maison, je l'acclamerai en lui offrant des sacrifices, je chanterai et célébrerai le Seigneur. »

« L'homme est fait pour Dieu et ne sera jamais totalement satisfait, comblé, en dehors de Dieu. C'est pourquoi, celui qui a pu faire, par pure grâce, l'expérience de la rencontre de Dieu, mesure le prix incomparable de ce don unique.

Du moins devrait-il toujours en être ainsi.

Mais l'homme peut facilement oublier la gratuité des dons de Dieu, comme s'il n'y avait pas une disproportion fantastique entre le désir de l'homme et le Dieu qui seul peut combler ce désir !

Tout est gratuit, parce que tout vient de l'amour : le Seigneur nous aime plus qu'une mère n'aime ses enfants, et nous donne gratuitement la grâce du Saint-Esprit.

Dès lors, l'action de grâce devient l'attitude juste de l'homme devant Dieu... »

Paul Houx

(*La brisure du cœur*, Paris, DDB, 2003)

Ecoute musicale :



Ecoute de la Parole : 1 Rois 19.9-13

« Arrivé à l'Horeb, Élie entra dans une caverne, où il passa la nuit.

Alors le Seigneur lui adressa la parole : « Pourquoi es-tu ici, Élie ? »

Il répondit : « Seigneur, Dieu de l'univers, je t'aime tellement que je ne peux plus supporter la façon d'agir des Israélites. En effet, ils ont rompu ton alliance, ils ont démoli tes autels, ils ont tué tes prophètes ; je suis resté moi seul et ils cherchent à m'ôter la vie. »

« Sors, lui dit le Seigneur ; tu te tiendras sur la montagne, devant moi ; je vais passer. » Aussitôt un grand vent souffla, avec une violence telle qu'il fendait les montagnes et brisait les rochers devant le Seigneur ; mais le Seigneur n'était pas présent dans ce vent. Après le vent, il y eut un tremblement de terre ; mais le Seigneur n'était pas présent dans le tremblement de terre.

Après le tremblement de terre, il y eut un feu ; mais le Seigneur n'était pas présent dans le feu. Après le feu, il y eut le bruit d'un léger souffle.

Dès qu'Élie l'entendit, il se couvrit le visage avec son manteau, il sortit de la caverne et se tint devant l'entrée. »

Souvent, lorsqu'il nous est donné d'entrer dans une expérience de Dieu plus profonde, plus riche, plus évidente... combien le doute ou la fatigue viennent altérer la qualité de la rencontre. Dieu se donne à voir à Elie, et pourtant cette expérience vient à peine atténuer sa fatigue et son découragement.



Temps de silence et d'appropriation

Bien-aimés du Père

« Pierre et ses compagnons s'étaient profondément endormis... » N'est-on pas dans une situation analogue lorsque le Christ invite trois de ses disciples à le rejoindre sur la montagne pour partager sa prière ?

Au lieu de se laisser instruire et émerveiller par le Christ en prière, ils s'endorment...

Ils ne seront d'ailleurs pas plus présents à la prière d'agonie de Jésus à Gethsémané... là aussi découragement, fatigue et peur les feront tomber dans un sommeil profond...

Alors que les disciples sont au cœur d'une des plus lumineuses manifestations de la gloire de Jésus, Luc note : « **Pierre et ses compagnons s'étaient profondément endormis...** » (Luc 9.32).

En dépit de la transfiguration de Jésus, les disciples s'étaient endormis.

C'est consolant pour nous. Nous découvrons parfois combien Dieu est proche, mais, un instant plus tard, cela ne nous touche plus. Nous nous endormons.

On peut comparer notre vie au sommeil. Nous dormons, nous vivons dans nos illusions, mais nous passons à côté de la réalité authentique, nous méconnaissions la réalité de Dieu dans notre vie.

Il peut aussi nous arriver de connaître ces moments lumineux comme sur la montagne de la transfiguration.

D'un seul coup, tout nous semble clair, nous sentons l'amour divin. Comme Pierre, nous sommes soulevés d'enthousiasme par Jésus-Christ et par son amour pour nous. Nous entendons nous rassasier de sa présence, de sa splendeur, de son amour, ainsi que le dit le Psaume. Nous voulons ancrer solidement cette expérience. Nous promettons à Jésus que, désormais, nous répondrons toute notre vie à son incommensurable amour. Mais l'instant d'après, nous avons déjà tout oublié. Nous nous sommes à nouveau endormis. Ou bien nous sommes saisis de crainte, comme les disciples au moment où une nuée vient obscurcir leur expérience de lumière. D'un seul coup, nous ne voyons plus que le nuage. En nous et autour de nous, tout s'assombrit.

C'est comme si nous n'avions jamais perçu Dieu. Alors nous prenons peur. Nous nous sentons perdus. L'expérience de la distance et celle de la proximité avec Dieu se confondent. La certitude de sa présence est presque nécessairement suivie de son contraire, celle du mal, d'un mal qui nous déborde de l'intérieur comme de l'extérieur.

Mais voici que, du milieu de la nuée, la voix de Dieu se fait entendre : « Celui-ci est mon Fils, celui que j'ai choisi, écoutez-le » (Luc 9.35). Les disciples avaient vu la splendeur de Jésus. Maintenant, ils doivent se contenter d'écouter des mots. **La foi a besoin de l'expérience, de la vision de la réalité divine ; mais elle procède aussi de l'écoute.** Il y a dans notre vie des moments où il nous faut simplement ouvrir nos oreilles.

Au cours d'une lectio comme celle-ci, nous avons à laisser la Parole de Dieu descendre dans notre cœur, à l'écouter à neuf, le cœur tendu vers elle, afin de pouvoir en vivre. Il suffit qu'un mot nous touche pour que nous accédions à une paix profonde. Comme les disciples, nous aurons ensuite à descendre de la montagne de la transfiguration et à retourner dans la vallée de notre vie quotidienne.

Là, bien souvent, nous serons perdus dans la nuée, et c'est du milieu d'elle que nous entendrons la voix de Dieu : « Celui-ci est mon Fils, celui que j'ai choisi, écoutez-le. » Sa Parole nous fournit de la nourriture en suffisance.

« Je vous aime comme le Père m'aime. Demeurez dans mon amour. » Si nous la recevons de tout cœur, la promesse devient réalité. Nous sommes aimés de la même mesure que le Père aime le Fils. Nous nous découvrons nous aussi comme ses élus, ses fils et ses filles.

Lire et entendre les Saintes Écritures pour se découvrir totalement aimés.

Nous ne lisons pas les Écritures pour augmenter notre savoir théologique, mais pour découvrir le cœur de Dieu dans les mots de la Bible et pour nous laisser modeler par elle.

Si un mot vient te toucher au cœur, médite-le, goûte-le. Tout comme Marie gardait la Parole dans son cœur en la retournant dans tous les sens, recueille-toi dans l'Esprit Saint pour qu'elle t'imprègne.

C'est cela la **méditation**.

Méditer ne veut pas dire que nous réfléchissons intellectuellement à ce que nous entendons, mais que nous le savourons dans notre cœur pour nous en laisser pénétrer et en être transformés.

La **méditation** de la Parole divine fait croître en nous le désir de Dieu. La **prière** vient la prolonger pour demander à Dieu de combler notre soif de lui. La Parole nous introduit alors dans son mystère ineffable. C'est ce que l'on peut appeler la **contemplation** : la Parole déborde en moi, je la garde précieusement et je me repose en Dieu et avec Dieu, au-delà de tout mot, de toute pensée, de toute image.



Prière de réponse :

« En ce qui me concerne, Seigneur Jésus, je suis de ceux qui croient en toi à cause de toi-même. Je crois en toi, parce que, avec le secours de ta grâce, aucune image ne peut en moi remplacer ou effacer ton image et parce qu'aucune parole ne peut, autant que la tienne, pénétrer jusqu'au plus profond de mon cœur. Je crois en toi, parce que tu m'as fait connaître la beauté de ta face. Je crois en toi, parce que – comme pour ces soldats envoyés pour t'arrêter – « jamais homme n'a parlé comme toi ». Je crois en toi, parce que, en dehors de toi, pour moi, il n'y a rien. »

Un moine de l'Eglise d'Orient

(Jésus, simples regards sur le Sauveur, Paris, Livre de vie, 1997)

Ecoute musicale :

2. TEMPS DE L'ÉCOUTE

Prière pour demander à Dieu d'ouvrir nos cœurs
à sa Parole : « Père très bon »

*« Père très bon, ta Parole retentit aujourd'hui,
et nous te bénissons de ne pas te lasser de la proclamer.
Ta Parole retentit aujourd'hui parfois avec force pour ébranler nos vies,
parfois avec une infinie douceur pour réchauffer nos cœurs,
parfois dans le lointain, parfois si proche aussi.*

*Mais toujours elle porte un nom : Jésus-Christ.
A ce nom tout genou fléchit.
En lui ta Parole a pris chair, et ton silence aussi.
Viens par ton Esprit disposer nos cœurs à l'écoute.*

*Viens nous aider à faire silence pour entendre à nouveau ta voix,
pour nous émerveiller, nous réjouir, pour nous prosterner devant toi et t'adorer.
O Dieu, toi notre Père, notre paix, dans l'infini de ton amour.
Au nom de notre Seigneur Jésus-Christ. »*

Daniel Bourguet



Lecture du texte à méditer: Luc 9.28-36

« Environ huit jours après ces paroles, Jésus prit avec lui Pierre, Jean et Jacques et monta sur la montagne pour prier. 29 Pendant qu'il priait, l'aspect de son visage changea et son vêtement devint d'une blancheur éclatante. 30 Et voici que deux hommes s'entretenaient avec lui ; c'étaient Moïse et Elie ; 31 apparus en gloire, ils parlaient de son départ qui allait s'accomplir à Jérusalem. 32 Pierre et ses compagnons étaient écrasés de sommeil ; mais, s'étant réveillés, ils virent la gloire de Jésus et les deux hommes qui se tenaient avec lui. 33 Or, comme ceux-ci se séparaient de Jésus, Pierre lui dit : « Maître, il est bon que nous soyons ici ; dressons trois tentes : une pour toi, une pour Moïse, une pour Elie. » Il ne savait pas ce qu'il disait. 34 Comme il parlait ainsi, survint une nuée qui les recouvrait. La crainte les saisit au moment où ils y pénétraient. 35 Et il y eut une voix venant de la nuée ; elle disait : « Celui-ci est mon Fils, celui que j'ai élu, écoutez-le ! » 36 Au moment où la voix retentit, il n'y eut plus que Jésus seul. Les disciples gardèrent le silence et ils ne racontèrent à personne, en ce temps-là, rien de ce qu'ils avaient vu. »



3. TEMPS DE LA MEDITATION



Méditation silencieuse du texte: Luc 9.28-36

On est ici au cœur de la lectio.

Le texte proposé va être médité silencieusement par chaque participant pendant un minimum de 30 minutes. Chacun est invité à annoter, souligner, regrouper les idées communes, marquer les lignes de force du texte... en un mot à s'arrêter sur tout ce que le texte éveille en nous.

L'étape suivante de la lectio sera de partager avec les autres ce que l'on a découvert, en toute liberté, sans que les autres ne puissent commenter ce qui a été exprimé.

Il s'agit d'une étape d'écoute mutuelle sans jugement ou a priori. Chaque participant doit se sentir libre d'exprimer ce qu'il croit avoir découvert dans le texte.

4. TEMPS DE LA MISE EN COMMUN

Ce que le texte m'a fait découvrir.

5. TEMPS DE LA PRIÈRE - LECTURE PRIÉE DU TEXTE

Ecoute musicale :



Lecture du texte à méditer: Luc 9.28-36



Silence et prière à partir du texte

Notre prière peut être nourrie par les méditations qui ont ponctué notre rencontre.

6. CLÔTURE DE LA RENCONTRE ET ENVOI

Méditation et prière

« Que se passa-t-il à la transfiguration ? »

Le Maître, qui vivait avec les disciples et à l'aspect duquel ils étaient habitués, leur apparaît soudain transformé, enveloppé de la lumière, rayonnant.



Il ne s'agit pas de cette vision corporelle du Sauveur qui fut le privilège des disciples en temps ordinaire, mais d'une tout autre réalité.

Il arrive parfois que la présence de Jésus s'impose à nous, fonde sur nous et nous prenne. Nous sentons sa lumière sans la voir. Ou plus modestement, nous la pressentons.

Le Maître, dont l'aspect quotidien est si doux et si humble, nous fait tressaillir au contact de sa puissance. Minutes de transfiguration.

Les Hébreux ne connaissaient d'autre lumière divine que celle de la colonne de feu qui guidait Israël au désert. Lumière limitée, temporaire. Lumière d'un peuple et d'une époque.

Jésus se proclame la lumière « du monde », lumière éternelle, universelle.

Elle « éclaire tout homme en venant dans le monde ».

Sois béni, Seigneur, de ce que ta lumière opère dans tous les cœurs de ceux qui te cherchent avec foi et amour. »

Un moine de l'Eglise d'Orient

(Jésus, simples regards sur le Sauveur, Paris, Livre de vie, 1997)

Bénédiction et clôture de la rencontre.

Ecoute musicale : Notre Père. DP / N. Kedroff

Fraternités monastiques de Jérusalem - Cantate Jérusalem - CD 3/19 - 2'27



« Seigneur, tu es la chance de ma vie ! »

Lectio à partir de Psaume 16.1-11

1. TEMPS DE PRÉPARATION

Ouverture :

« Gloire soit au Père et au Fils et au Saint-Esprit,
au Dieu qui est, qui était et qui vient, pour les siècles des siècles. Amen. »

Pour entrer dans cette veillée :

Au cours de cette lectio, nous marquons notre désir de nous arrêter et de faire silence pour ouvrir à Dieu un espace où il nous rencontre. Il s'agit probablement de la démarche la plus difficile qui soit : nous arrêter et ouvrir un espace de silence et de calme au milieu de l'agitation de nos vies. Et pourtant, il n'y a pas d'autre chemin que ce chemin de simplicité et d'humilité devant Dieu.

Le Seigneur veut nous parler, nous rencontrer, nous bénir... mais nous sommes si souvent, trop souvent, non disponibles à sa présence. Une fois encore, notre démarche exigera de nous persévérance et discipline. Mais nous la vivrons dans la certitude confiante que le Seigneur nous précède et que c'est lui, et lui seul, qui a suscité en nous ce désir de le rencontrer au cours de cette soirée.

Paix et confiance devraient être les mots forts de ce moment.

Prière d'introduction

Père très bon,

Nous avons répondu « présents » à ton invitation, pour nous retrouver à ton écoute tout au long de cette soirée. Pendant celle-ci, nous allons prendre un peu de recul par rapport à nos nombreuses activités, notre travail, nos engagements familiaux... ces activités qui sont notre lot à tous, mais qui si souvent, trop souvent, nous distraient de toi et nous dispersent dans l'accessoire.



Tu nous offres cette possibilité de déposer à tes pieds ce qui nous préoccupe, ce qui nous pèse, tous les soucis du chemin, nos craintes, nos angoisses et nos peurs.

Si nous comptons sur nos seules forces, nous aurons bien de la peine à calmer ces tensions qui nous agitent.

C'est pour cela que nous te demandons d'être celui qui nous ouvre le chemin, qui nous précède et qui nous porte.

Nous avons besoin de nous mettre à ton écoute et d'apprendre de toi : « Tu as les paroles de la vie éternelle. » C'est toi, et toi seul, qui détiens le secret d'une vie en plénitude et tu vas encore nous le redire à travers la méditation de ce Psaume.

Viens, au cours de cette soirée, te révéler à chacun de nous.

Que nous puissions t'entendre nous murmurer que tu nous aimes, que tu nous désires à tes côtés, comme toi-même tu es à nos côtés.

Nous nous rendons simplement disponibles, ouverts, devant toi.

Sois en remercié, Père, par le nom de ton Fils, Jésus.

Amen.

Nous pouvons silencieusement ajouter une intention à cette prière d'introduction.



Ecoute de la Parole : Jean 1.35-39

« Le lendemain, Jean Baptiste se trouvait de nouveau là avec deux de ses disciples.

Posant son regard sur Jésus qui allait et venait, il dit : « Voici l'Agneau de Dieu. »

Les deux disciples entendirent ce qu'il disait, et ils suivirent Jésus.

Se retournant, Jésus vit qu'ils le suivaient, et leur dit : 'Que cherchez-vous ?'

Ils lui répondirent : 'Rabbi – ce qui veut dire : Maître –, où demeures-tu ?'

Il leur dit : '**Venez, et vous verrez.**'

Ils allèrent donc, ils virent où il demeurait, et ils restèrent auprès de lui ce jour-là.

C'était vers la dixième heure (environ quatre heures de l'après-midi). »

La mission de Jean Baptiste s'achève. Celui dont il préparait le chemin est advenu. Jean Baptiste se retire discrètement. « Il faut qu'il croisse et que je diminue », a-t-il dit à ses disciples, mais avant de se retirer il affirme encore avec force que celui qu'il annonce est « l'agneau de Dieu qui porte le péché du monde » (v. 29) et plus encore : « Moi, j'ai vu et j'atteste qu'il est lui, le Fils de Dieu » (v. 34).

Peut-on envisager témoignage plus clair ?

Pierre et Jean l'ont entendu et, voyant Jésus, ils se mettent à le suivre. Jésus se retourne et, avec la franchise qui est la sienne, il leur dit : « Que cherchez-vous ? » et non : « Qui cherchez-vous ? »



L'éveil de la foi des disciples les conduit à simplement lui demander : « Maître, où demeures-tu ? » Demeurer est un verbe central dans la pensée de l'apôtre Jean. La question n'est pas : « Maître, où habites-tu ? »

Demeurer, c'est entrer dans l'intimité même du Christ et de Dieu. La démarche de tout croyant qui a aperçu, ne serait-ce qu'un instant, toutes les richesses de l'amour et de la tendresse de Dieu.

Demeurer, c'est un état de paix, de tranquillité, de confiance, de certitude sereine que l'on est dans ses mains. Pierre et Jean ont besoin de découvrir et de connaître cette extraordinaire réalité.

Et Jésus va simplement leur dire : « **Venez !** », mais au lieu d'ajouter : « Et **voyez** », il conclut cette invitation en disant : « Et **vous verrez !** » Étonnant changement de temps. Le verbe n'est pas au présent mais au futur. Jean construit son évangile avec une rigueur étonnante. Ce « futur » doit donc nous questionner. Avant de « voir », il y a tout un chemin à parcourir. Chemin qui peut être celui de toute une vie ! Nous ne voyons pas encore ! Nous pouvons juste « entrevoir ». Mais pour pouvoir « voir », il faut nous mettre en route. C'est ce que nous avons fait en venant jusqu'ici. Nous nous sommes mis en chemin avec le fol espoir, qu'il nous fera signe, qu'il nous permettra de voir où il demeure, le seul lieu du repos véritable.

Jésus nous invite à le suivre et, au gré des expériences et des rencontres, il nous dévoilera la grandeur de son amour. Certes, il nous fait la grâce de voir où il demeure, mais ce sera toujours une image fugitive, imparfaite, incomplète, qui ne pourra que nous donner envie de poursuivre un peu plus avant. Oui, un jour « nous verrons » !

Nous laissons cette parole faire son chemin en nous.

Temps de silence et d'appropriation

Ecoute musicale :

Pour approfondir notre démarche

« Reste avec nous, car le soir tombe et le jour déjà touche à son terme. »

A quoi tient une rencontre !

Il n'y aurait pas eu l'insistance des disciples invitant l'étranger à prendre le repas et passer la nuit avant de reprendre sa route... ce récit ne serait probablement pas dans nos Bibles.

Au sortir de Jérusalem, les disciples ont rencontré un étranger. La conversation s'est engagée, ils ont vidé leurs cœurs, exprimé leur déception, leur découragement, leur rêve de liberté évanoui.



L'étranger les a écoutés, puis leur a dévoilé, à travers les livres de Moïse et des Prophètes, ce qui le concernait... mais, lui, ils ne l'ont pas reconnu.

La tristesse, la fatigue, la déception, les rendaient aveugles et insensibles.

Ils auraient pu en rester là, ne pas poursuivre l'entretien et le laisser continuer sa route.

Ils ont eu l'intuition de le retenir, lui offrant l'hospitalité, le gîte et le couvert.

C'est dans l'intimité du repas, de la communion offerte et partagée, que leurs yeux se sont ouverts et qu'ils l'ont reconnu.

Au cours de cette lectio, nous allons prendre le temps de nous mettre à l'écoute de celui qui nous murmure si souvent son amour, sans que nous l'attendions vraiment.

Nous aussi – si nous voulons que nos yeux s'ouvrent – il nous faudra aller plus loin que la seule écoute. Il nous faudra prendre le temps de méditer, d'intérioriser la parole entendue pour qu'elle fasse son chemin au cœur même de nos vies.

Demander au Seigneur de « rester » n'est pas une démarche facile. Elle exige de nous : ouverture, disponibilité de temps, capacité à faire silence. C'est un risque à prendre si nous voulons que la rencontre soit source de joie et de plénitude.

Nous laissons cette parole faire son chemin en nous.



Temps de silence et d'appropriation

Ecoute musicale :

2 TEMPS DE L'ÉCOUTE ET DE LA MÉDITATION

Prière pour demander à Dieu d'ouvrir nos cœurs à sa Parole :

*Seigneur, sois remercié pour ta Parole.
Sans elle, où trouver la lumière pour éclairer nos routes ?
Sois remercié pour tous ceux que tu as inspirés
et qui l'ont écrite conscients de dire l'ineffable.*

*Merci à ceux qui l'ont fidèlement recopiée,
traduite, pour qu'elle parvienne jusqu'à nous.*

Nous la recevons comme un cadeau inestimable.

« A qui irions-nous ? Tu as les paroles de la vie éternelle. »

**Lecture du texte à méditer : Psaume 16.1-11**

..... « 1 O Dieu, garde-moi, c'est à toi que j'ai
 recours. 2 Je dis au Seigneur : « Tu es mon
 maître souverain ; je n'ai pas de bonheur plus
 grand que toi. »
 (...)
 5 Seigneur, toi qui es la chance de ma vie, la
 part qui me revient, tu tiens mon destin dans
 tes mains. 6 C'est un sort qui m'enchanté,
 un privilège qui me ravit. 7 Je remercie le
 Seigneur, qui me conseille : même la nuit, ma
 conscience m'en avertit. 8 Je ne perds pas de
 vue le Seigneur, et je ne risque pas de faiblir,
 puisqu'il est à mes côtés. 9 C'est pourquoi j'ai
 le cœur plein de joie, j'ai l'âme en fête. Je suis
 en parfaite sécurité. 10 Non, Seigneur, tu ne
 m'abandonnes pas à la mort, tu ne permets pas
 que moi, ton fidèle, je m'approche de la tombe.
 11 Tu me fais savoir quel chemin mène à la vie.
 On trouve une joie pleine en ta présence, un
 plaisir éternel près de toi. »

(Traduction Français courant)



3. TEMPS DE LA MEDITATION



Méditation silencieuse du texte : Psaume 16.1-11

On est ici au cœur de la lectio.

Le texte proposé va être médité silencieusement par chaque participant pendant un minimum de 30 minutes. Chacun est invité à annoter, souligner, regrouper les idées communes, marquer les lignes de force du texte... en un mot à s'arrêter sur tout ce que le texte éveille en nous. L'étape suivante de la lectio sera de partager avec les autres ce que l'on a découvert, en toute liberté, sans que les autres ne puissent commenter ce qui a été exprimé. Il s'agit d'une étape d'écoute mutuelle sans jugement ou a priori. Chaque participant doit se sentir libre d'exprimer ce qu'il croit avoir découvert dans le texte.

Nous sommes invités à rédiger une courte prière, nourrie par la méditation de ce texte que nous pourrions offrir au Seigneur dans le quatrième temps de notre rencontre.

4. TEMPS DE LA MISE EN COMMUN

Ce que le texte m'a fait découvrir.

5. TEMPS DE LA PRIÈRE - LECTURE PRIÉE DU TEXTE

Ecoute musicale :



Lecture du texte à méditer : Psaume 16.1-11



Silence et prière à partir du texte

6. CLÔTURE DE LA RENCONTRE ET ENVOI

Prière d'envoi :

Seigneur, il suffit de peu pour que je t'oublie.

Le monde dans lequel je vis a tellement de moyens pour retenir mon attention que je me laisse facilement détourner de toi. Tu es présent dans ce monde, dans ma vie, dans tout ce qui survient, mais ta présence est discrète, douce, aucunement spectaculaire.



*Ce temps de méditation et de partage m'a permis de me rendre compte
que tu es avec moi, que tu m'appelles et, surtout, que tu m'invites
à revenir dans ta maison de paix et de joie.*

*Bien sûr, les voix tonitruantes du monde, la frénésie des pseudo-obligations, l'illusion
que tout est urgent, tout cela m'attire encore loin du lieu où tu habites et me fait vivre
comme si c'était moi, et non toi, qui dois sauver le monde.*

*Combien il m'est facile de croire que tout – sauf toi –
mérite du temps, de l'attention, des efforts.*

*Seigneur, aujourd'hui, tu m'as permis, tout à nouveau, de comprendre avec mon cœur
et pas seulement avec mon intelligence, que tu veux être le centre
autour duquel gravite toute ma vie.*

*Je te prie d'approfondir et d'affermir la conscience que j'ai de ta présence,
afin que je puisse vivre dans ce monde sans en être. Rends ma foi plus forte,
plus profonde, plus durable.*

Amen.

Ecoute musicale : Notre Père. DP / N.Kedroff

Fraternités Monastiques de Jérusalem - Cantate Jérusalem - CD 3/19 - 2'27