



Pour méditer la Parole de Dieu

Nous vous proposons :

- de méditer par exemple l'évangile du prochain dimanche. Vous trouverez les textes dans votre missel ou sur le site suivant : <http://www.aelf.org/>, en cliquant sur l'onglet « Dimanche prochain » ;
- en suivant la manière de faire inspirée de la *lectio divina* ou du « dialogue contemplatif » ;
- pendant une heure environ.

Invitez largement vos voisins, vos amis, vos collègues, ceux qui ne fréquentent pas nos assemblées. On pourra aussi inviter à la messe dominicale pour prolonger ce partage...

@ @ @

Prévoir, pour chacun, une photocopie du texte et un crayon.

Disposer les chaises et, sur la table, une bougie, une bible ouverte...

Désigner un animateur bien informé de la démarche choisie. Il répartit les rôles, veille au bon déroulement, surveille la montre...

@ @ @

N'hésitez pas à nous informer de la constitution de votre groupe (lieu, nombre de personnes, animateur...), au cas où quelqu'un demanderait à en rejoindre un, près de chez vous.... Nous restons à votre disposition pour plus d'informations.

Préambule. Invoquer l'Esprit Saint (parole ou chant) "qui a parlé par les prophètes". Jésus a dit : « L'Esprit Saint que le Père enverra en mon Nom vous enseignera tout » (Jn 14,26) ; « L'Esprit de Vérité vous conduira vers la vérité tout entière » (Jn 16,13) ; « Il me rendra témoignage » (Jn 15,26).

1^{ère} étape : la lecture (*lectio*). 10'

- Une personne lit le texte lentement et à voix haute pour le groupe et chacun l'écoute, comme si c'était la première fois.
- Puis, dans le silence, chacun laisse résonner en lui ce qu'il vient d'écouter. Il souligne tel ou tel mot qui lui parle, note une idée ou une illustration qui lui vient. Chacun se demande : « Que dit le texte, en soi ? » (Repérer le contexte, les lieux, les personnages, les verbes, les mots-clés, l'évolution de la scène).

2^{ème} étape : la méditation (*meditatio*). 35'

- Une autre personne relit le texte à voix haute pour le groupe.
- « Qu'est-ce que le texte me / nous dit, ici et aujourd'hui ? » Ceux qui le souhaitent, tour à tour, peuvent partager ce qui les touche, les interroge, les nourrit... Les autres écoutent, sans interrompre ni juger.

3^{ème} étape : la prière (*oratio*). 10'

- Une autre personne relit le texte à voix haute pour le groupe.
- « Que voulons-nous dire au Seigneur en réponse à sa Parole ? » Ceux qui le souhaitent expriment, l'un après l'autre, une prière personnelle (requête, intercession, action de grâce, louange). On peut aussi lire à voix haute un mot ou un verset du texte que l'on veut retenir pour la route...

4^{ème} étape : la contemplation (*contemplatio*). 5'

- « Quelle conversion de l'esprit, du cœur et de la vie le Seigneur nous / me demande-t-il ? ». (Mt 7,21-23).
- Chacun peut prendre quelques minutes pour répondre à cette question et, pourquoi pas, prendre quelques notes pour mémoire et en guise de feuille de route. Comment puis-je mettre personnellement en pratique ? ➔ **Application.**

Pères de l'Eglise : « Cherchez en **lisant** et vous trouverez en **méditant** ; frappez en **priant** et il vous sera ouvert par la **contemplation** ». (CEC 2654)

Saint Ambroise : « Lorsque nous prenons en main avec foi les Ecritures Saintes et les lisons en Eglise, l'homme revient se promener avec Dieu dans le paradis ».

0. Invocation de l'Esprit Saint (parole ou chant), lecture du texte, entrée dans la scène. 10'

Une personne lit le texte lentement et à voix haute pour le groupe. Chacun l'écoute, comme si c'était la première fois. Il rentre « par les sens » dans la scène racontée, visualise les lieux, observe les personnages, écoute les paroles échangées, repère les détails, sent les mouvements, ressent les émotions, hume les parfums, s'imprègne de l'ambiance...

On fixe le sens des tours de partage. Si quelqu'un n'est pas prêt à s'exprimer, il dit : « je passe ». Il parlera, s'il le désire, à la fin du tour. On peut aussi faire passer un lumignon allumé pour désigner celui qui a la parole et demeurer dans la prière.

1^{er} tour. Ecouter ce que l'Esprit dit à chacun par le texte. 15'

Les participants racontent, l'un après l'autre et brièvement, un aspect de la scène qui les touche personnellement. Il ne s'agit pas de se lancer dans des commentaires abstraits.

2^{ème} tour. Ecouter ce que l'Esprit dit à chacun par les autres. 15'

On prend trois minutes de silence et l'on reprend le partage de la même manière qu'au premier tour. Cette fois, chacun prend la parole pour exprimer comment cette scène le touche compte tenu de ce qu'il a entendu des autres. Par exemple : « Je n'avais pas pensé à cela, j'ai compris autrement tel verset... ; ce que tu viens de dire m'éclaire sur tel point ». Il ne s'agit pas encore de discuter, encore moins de juger ce que l'autre a exprimé.

3^{ème} tour. L'Esprit met en communion et transforme nos vies. 20'

On prend trois minutes de silence et l'on repart pour un tour. Sur la base de ce qui a été dit et entendu au 2^{ème} tour, on entre alors dans le dialogue, l'interaction. La parole circule « librement ». Préférer les expressions en « Je » (Je pense...) qui nous impliquent aux idées abstraites qui ne nous engagent pas. Quel impact sur ma vie ?

4^{ème} tour. Rendre au Père, par Jésus, le fruit de l'Esprit. 10'

On prend trois minutes de silence et l'on effectue le dernier tour. Chacun est invité à exprimer sa prière, née du partage : louange, action de grâce, repentir, intercession, supplication pour soi-même. (Après un bref temps de silence, pour signifier que la Parole est devenue lumière, chacun allume un lumignon au moment où il prend la parole).

L'animateur peut rassembler la prière (ou le partage) du groupe dans une oraison (ou une synthèse) qui « collecte » l'essentiel de ce qui a été exprimé.