

1. La Lectio Divina.

La « lectio divina » est la lecture de la bible, que l'on dit encore être la Parole de Dieu. Car pour les chrétiens, la Parole de Dieu est vivante : on a beau lire 100 fois le même texte, l'Esprit Saint nous révélera toujours des mystères nouveaux sur notre vie, sur le Royaume de Dieu...

Le but de la « Lectio Divina » est de se mettre à l'écoute de la Parole de Dieu, à l'écoute de ce que l'Esprit Saint veut nous dire. Pour ce faire, on vous propose 4 étapes :

4 étapes de la *lectio divina* :

1. Appeler l'Esprit Saint.

Il n'est pas facile de se mettre en prière, de se détacher du quotidien. Cette étape est essentielle, car il s'agit de se mettre en présence de Dieu, de quitter le bruit du monde pour écouter la voix de Dieu. Pour ce faire, il faut choisir un lieu de silence, couper toute activité, couper le téléphone, se donner un temps rien que pour Dieu, un moment dans la journée qui sera le moment de la rencontre. Le combat spirituel consiste à chasser les distractions pour revenir sans cesse en présence de Dieu. Le silence n'est pas le but de notre prière, mais le moyen de chasser les distractions. Le but de notre prière n'est pas de faire le vide, mais de rentrer en contact de Dieu pour le laisser nous parler.

Alors, quand nous sommes disposés à la prière et au silence, on commence par un signe de la croix, et on appelle l'Esprit Saint, par un chant, par une prière comme :

« O Esprit-Saint, Ame de mon âme, je Vous adore ! Eclairiez-moi, guidez-moi, fortifiez-moi, consolez-moi. Dites-moi ce que je dois faire, donnez-moi Vos ordres. Je Vous promets de me soumettre à tout ce que Vous désirez de moi et d'accepter tout ce que Vous permettrez qu'il m'arrive. Faites-moi seulement connaître Votre volonté.

Amen » Cardinal Mercier (1851-1926)

Il est possible de demander pendant 5 minutes « viens Esprit Saint », bien calmement.

2. La « Lectio Divina »

Il s'agit de lire la Parole de Dieu. C'est une lecture simple, mais attentive, lente et dense. Cette lecture est déjà une présence divine, vérité révélée en Jésus-Christ. Cette lecture n'est en réalité pas si facile à faire. Elle demande silence, disponibilité, gratuité et attention, si elle ne veut pas être superficielle et si elle veut nous conduire à la contemplation.

La « Lectio Divina » se fait à partir des textes de la bible, mais le plus simple est de prendre les évangiles, car tout y est clair. Ainsi, on peut lire un évangile en continu, et s'arrêter quand on est touché ou interpellé par un passage, et le laisser trouver un écho en nous. **Il est bon d'éviter les raisonnements sur les textes** et de ne pas chercher trop rapidement des applications à partir des textes médités. **Quand un texte nous touche, c'est qu'il trouve un écho sur notre vie, et nous invite à contempler la vie et les attitudes du Christ.**

3. La « contemplation »

C'est une invitation à contempler le Christ, dans sa vie, son amour, sa volonté pour nous. Dans le silence de Dieu, l'homme mesure la plénitude de la vie qui lui est réservée. Il s'apaise, il se pacifie ; son regard s'illumine dans la lumière éternelle et son cœur s'attache aux biens qui ne passent plus. **L'homme adhère de tout son cœur à Celui qui l'a créé,** il se donne tout entier à Celui qui s'est livré pour le sauver, il se consacre à Celui qui dans un appel éternel, l'a appelé de son nom et l'a consacré pour être à Lui à jamais.

La contemplatio dépasse tout effort par un acte d'adhésion à Dieu dans la foi à son Amour ; elle devient espérance en sa miséricorde, elle s'étend en charité pour aimer tout ce que Dieu aime et reporter tout à Lui. On aime pour Dieu, à cause de Lui, comme Lui, par amour de Dieu et amour des hommes. La contemplation fixe dès maintenant tout l'être en Dieu ; elle permet à l'homme d'être par sa seule présence le témoin de Dieu, l'instrument de sa bonté, le signe de sa charité.

4. l'action.

La contemplation de la vie du Christ nous invite à ajuster notre vie sur le chemin de vie et d'amour qu'il nous propose. Vivre de l'évangile est lumineux, et notre vie est appelée à en être transformée, transfigurée. La fin de la « Lectio Divina » consiste à prendre une phrase, ou un passage de l'évangile pour le vivre dans notre journée. Chrétien, cela veut dire « petit Christ », et c'est cela que les saints ont vécu, ils ont vécu l'évangile à la suite du Christ. Le quotidien reste le même, mais vécu de manière extraordinaire, dans l'amour, la paix, le pardon.

On peut finir par la prière du 'notre Père' et du 'je vous salue Marie', puis par dire merci au Seigneur pour les grâces reçues. Puis on termine par un signe de croix.

Notre Père :

Notre Père qui êtes aux cieux, que votre nom soit sanctifié, que votre règne arrive, que votre volonté soit faite sur la terre comme au ciel.

Donnez-nous aujourd'hui notre pain quotidien; pardonnez-nous nos offenses, comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés; et ne nous laissez pas succomber à la tentation, mais délivrez-nous du mal. Amen

Je vous salue, Marie :

Je vous salue, Marie, pleine de grâce, le Seigneur est avec vous, vous êtes bénie entre toutes les femmes, et Jésus, le fruit de vos entrailles, est béni.

Sainte Marie, Mère de Dieu, priez pour nous pécheurs, maintenant et à l'heure de notre mort. Amen