

## LES 5 PHASES DE LA LECTIO DIVINA

### *La symbolique du bonhomme de sel...*

1. Trouver un passage de la bible et le lire à haute voix, puis avec les yeux. C'est la **Lecture**

### **C'est le moment de puiser à large main.**

2. Ensuite, lire et relire ce passage pour en saisir le sens spirituel et en découvrir le message.

Puis retenir une phrase du texte biblique que l'on considère comme le coquillage de choix, comme le cadeau de Dieu pour la journée, la semaine. C'est la **Méditation**.

### **C'est le moment de savourer la Parole.**

3. La prière peut alors jaillir en action de grâce. Elle s'articulera autour de la phrase retenue et s'adressera au Père. C'est la **Prière**.

### **C'est le moment de supplier. le ciel.**

4. Enfin, vient la plongée du silence, de la descente dans notre mer intérieure pour y entendre murmurer la source. C'est la **Contemplation**.

C'est le moment précieux de l'exploration de nos contrées secrètes qui nous conduit vers l'éblouissant soleil de Dieu.

5. Toute prière vraie doit passer dans la vie et témoigner de Jésus au cœur de l'Église et de la société. C'est l'**Action**.



### ***La Lectio Divina***

### ***Une plongée dans notre océan intérieur***

**Une expérience collective d'une Lectio Divina**

## 1<sup>ère</sup> phase : LA LECTURE

Esprit Saint, viens préparer mon cœur afin que je puise à large main dans l'océan de ta Parole et que ma prière produise des fruits de sainteté.

**Une voix :** Apocalypse 7, 15

***Dieu étendra sur eux sa tente. Et ceux qui reviennent de la grande épreuve, jamais plus ils ne souffriront de la faim et de la soif; jamais plus ils ne seront accablés ni par le soleil, ni par aucun vent brûlant, car l'Agneau sera leur pasteur et les conduira aux sources des eaux de la vie. Et Dieu essuiera toute larme de leurs yeux.***

## 2<sup>e</sup> phase : LA MÉDITATION

Esprit Saint, viens préparer mon cœur afin que je boive à large trait ta Parole, que je la savoure et que cette eau limpide me désaltère au cœur de mon désert.

La Parole que je veux conserver Seigneur, est celle-ci : (on dit à voix basse et lentement la parole retenue) Ce sera mon coquillage précieux. Je la redirai cette parole des dizaines de fois.

## 3<sup>e</sup> phase : LA PRIÈRE

Esprit Saint, viens préparer mon cœur afin que la prière puisse jaillir du plus profond de mon être comme une eau vive.

**Une voix :**

***Dieu créateur, tu fais descendre la pluie sur les bons et les méchants, fais que je sois pour les autres réconfort dans leur soif et leur faim spirituelles. Je te le demande par Jésus, Source d'eau vive et par l'Esprit, source d'amour. Amen!***

## 4<sup>e</sup> phase : LA CONTEMPLATION

Esprit Saint, viens préparer mon cœur afin que je descende au plus profond de moi pour écouter chanter la source d'amour que tu as fait naître en moi.

Adoration silencieuse...

## 5<sup>e</sup> Phase : L'ACTION

Seigneur Jésus, aide-moi à faire passer dans ma vie ce que ta Parole m'a révélé. Fais que je sois transparence de toi dans ma vie de tous les jours.

Cette manière de prier est simple mais il faut s'y adonner régulièrement si on veut qu'elle porte fruit. Tout apprentissage demande une continuité et de la persévérance. C'est à ce prix que nous coulerons dans **l'océan divin et aussi dans la mer de ce monde afin d'y mettre notre grain de sel pour lui donner une peu de saveur.** Tentez l'aventure!