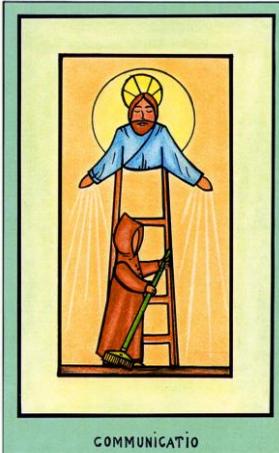


Cette démarche doit déboucher sur

## L'Actio

L'Actio consiste à faire passer dans sa vie les grâces reçues dans cette activité spirituelle.

- Seigneur Jésus \* ô Toi Fils du Dieu vivant \* Verbe de Dieu \* devenu homme \* sois Toi-même en moi \* accomplissement de la lumière et de la tendresse divine reçues de l'Écriture Sainte \* Toi qui as mangé, dormi, travaillé \* apprends-moi à n'être que transparence de Toi lorsque je mange \* je dors \* je travaille \* et en toute autre activité de ma vie.



\* La préparation éloignée et prochaine:

1. LA VEILLE, repérer ou choisir le texte; le lire
2. EN SE LEVANT le matin: "Seigneur, mon âme a soif de Toi. "
3. AVANT DE COMMENCER : à genoux, baiser le texte de la Parole; créer un climat d'adoration.

\* La méthode

4. LA LECTURE: lire le texte à haute voix.
5. LA MÉDITATION : s'asseoir et reprendre la lecture à voix basse – Repérer un mot, une phrase qui me frappe – Écrire ce passage.
6. LA PRIÈRE : prier et écrire sa prière sur le modèle de la prière juive:
  - Exclamation : Dieu très bon...
  - Mémorial : Toi qui nous as donné Jésus...
  - Supplication : ne permets pas...
  - Doxologie : Par Jésus...
7. LA CONTEMPLATION : demeurer dans le silence.

## La pratique de la Lectio divina



Réalisation: Gislaine Salvail, SJSJH \* graphisme: Richard Vidal. \* Dessins: Millimage  
reproduction interdite sans autorisation

# Lectio divina

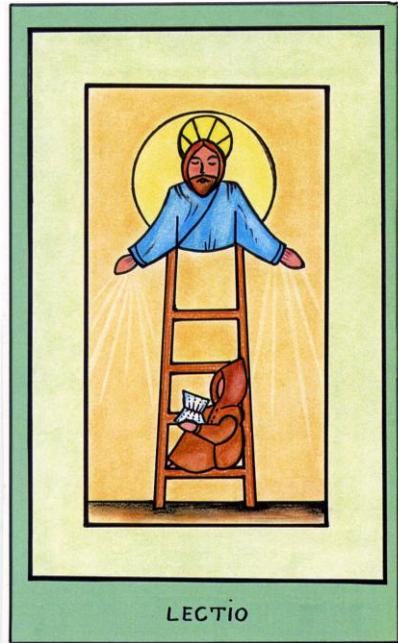


Au cœur du massif de la Grande-Chartreuse se trouve, près de Grenoble, en France, le couvent du même nom. Ce monastère fut fondé par saint Bruno en 1084. Les Chartreux suivent la règle de Saint-Benoît. Ils furent les seuls, parmi les ordres médiévaux, dont l'austérité ne se relâcha pas. Guigues-le-Chartreux, 9e prieur de la Grande-Chartreuses (1174 – 1180), y vécut jusqu'à sa mort qui survint en 1188. On le connaît surtout comme l'auteur de l'Échelle des cloîtres qui, depuis l'invention de l'imprimerie, est l'un des classiques de la spiritualité monastique.

1

Le premier échelon est celui de la

// **Lectio**



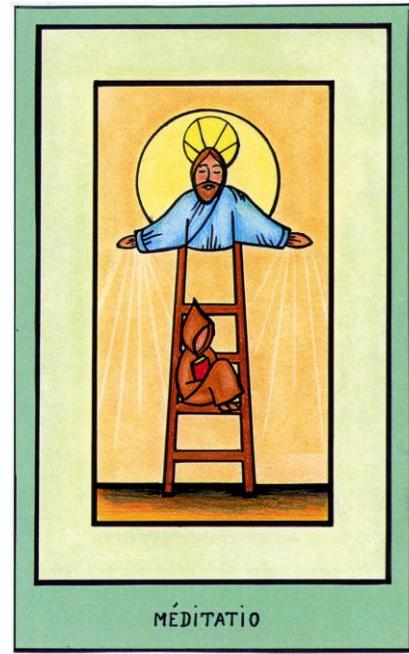
La **Lectio** est la lecture appliquée des Écritures faite par un esprit attentif. - Guigues

- Seigneur Jésus \* Toi le Fils du Dieu vivant \* apprends-moi à écouter ce que Tu me dis dans l'Écriture Sainte \* à y découvrir ton visage.

2

Le second échelon est celui de la

**Meditatio**



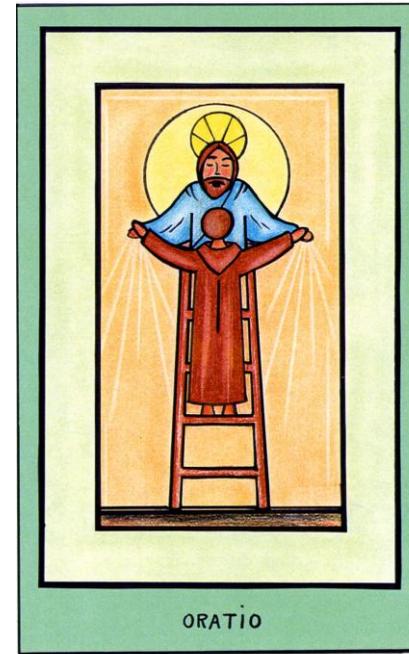
La **Meditatio** est une opération studieuse de l'intelligence procédant à l'investigation d'une vérité cachée. - Guigues

- Seigneur Jésus \* Fils du Dieu vivant \* O Parole vivante \* apprends-moi à manger et à assimiler ton évangile \* afin qu'il me transforme \* et fasse devenir mon esprit entièrement conforme à ce que Tu es et à ce que Tu veux.

3

Le troisième échelon est celui de

**L'Oratio**



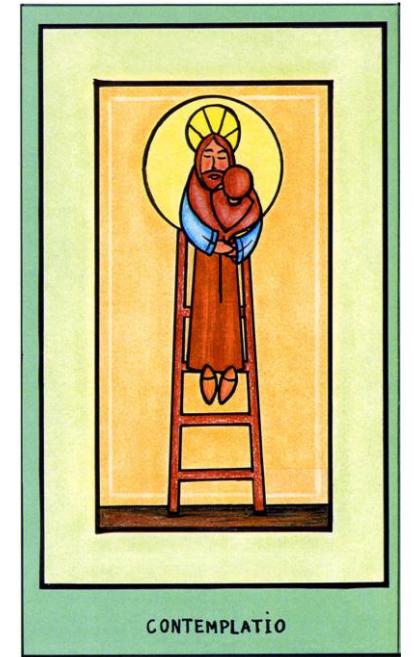
**L'Oratio** est une religieuse application du Coeur à Dieu. - Guigues

- Seigneur Jésus \* Fils du Dieu vivant \* apprends à mon Coeur à parler au Père \* avec qui Tu converses continuellement dans l'unité de l'Esprit saint \* Transperce mon Coeur de l'Amour qui l'unit au Père \* et sois Toi-même en moi continueuse prière.

4

Le dernier échelon est celui de la

**Contemplatio**



La **Contemplatio** est une certaine élévation en Dieu de l'âme maintenue au-dessus d'elle-même et savourant les joies de la douceur éternelle. - Guigues

- Seigneur Jésus \* ô Toi Fils du Dieu vivant \* daigne creuser mon Coeur d'une soif d'amour si grande \* que ton Esprit me fasse participer à la communion d'amour des trois personnes divines \* dans le silence qui transcende toute parole et tout sentiment.

