

1) Préparation

Commencer par un temps de recueillement, de silence intérieur pour se mettre entièrement sous le regard de Dieu. On peut prier ensemble l'Esprit Saint.

Invocation de l'Esprit Saint

Évangile (Mt 25, 31-46)

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Quand le Fils de l'homme viendra dans sa gloire, et tous les anges avec lui, alors il siégera sur son trône de gloire. Toutes les nations seront rassemblées devant lui ; il séparera les hommes les uns des autres, comme le berger sépare les brebis des boucs : il placera les brebis à sa droite, et les boucs à gauche. Alors le Roi dira à ceux qui seront à sa droite : 'Venez, les bénis de mon Père, recevez en héritage le Royaume préparé pour vous depuis la fondation du monde. Car j'avais faim, et vous m'avez donné à manger ; j'avais soif, et vous m'avez donné à boire ; j'étais un étranger, et vous m'avez accueilli ; j'étais nu, et vous m'avez habillé ; j'étais malade, et vous m'avez visité ; j'étais en prison, et vous êtes venus jusqu'à moi !' Alors les justes lui répondront : 'Seigneur, quand est-ce que nous t'avons vu...? tu avais donc faim, et nous t'avons nourri ? tu avais soif, et nous t'avons donné à boire ? tu étais un étranger, et nous t'avons accueilli ? tu étais nu, et nous t'avons habillé ? tu étais malade ou en prison... Quand sommes-nous venus jusqu'à toi ?' Et le Roi leur répondra : 'Amen, je vous le dis : chaque fois que vous l'avez fait à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait.' Alors il dira à ceux qui seront à sa gauche : 'Allez-vous-en loin de moi, vous les maudits, dans le feu éternel préparé pour le diable et ses anges. Car j'avais faim, et vous ne m'avez pas donné à manger ; j'avais soif, et vous ne m'avez pas donné à boire ; j'étais un étranger, et vous ne m'avez pas accueilli ; j'étais nu, et vous ne m'avez pas habillé ; j'étais malade et en prison, et vous ne m'avez pas visité.' Alors ils répondront, eux aussi : 'Seigneur, quand t'avons-nous vu avoir faim, avoir soif, être nu, étranger, malade ou en prison, sans nous mettre à ton service ?' Il leur répondra : 'Amen, je vous le dis : chaque fois que vous ne l'avez pas fait à l'un de ces plus petits, c'est à moi que vous ne l'avez pas fait.' Et ils s'en iront, ceux-ci au châtiment éternel, et les justes, à la vie éternelle. »

2) Le temps de l'observation

Lire une fois le texte lentement en faisant attention à chaque mot.

Ensuite pendant 5 à 7 minutes, on observe les éléments qui font le texte (le vocabulaire, les personnages, les mouvements, les lieux, les titres donnés à Jésus, etc.).

Que dit en soi le texte biblique ? Sans cette étape, le texte risquerait de devenir seulement un prétexte pour ne jamais sortir de nos pensées (de Benoît XVI)

Il ne faut pas hésiter à noter, encadrer, surligner, annoter le texte. Plus il y a de notes, mieux c'est. **Quel est le mot, la phrase qui nous paraît la plus importante ?**

3) Le temps de la méditation

Relire une deuxième fois le texte lentement en se laissant interroger par le texte.

Ensuite pendant 5 à 7 minutes, reprendre le texte et percevoir ce qu'il nous révèle de Dieu et de Jésus.

Que nous dit le texte biblique ? Ici, chacun personnellement, mais aussi en tant que réalité communautaire, doit se laisser toucher et remettre en question, car il ne s'agit pas de considérer des paroles prononcées dans le passé mais dans le présent (de Benoît XVI)

Le texte me parle-t-il de la prière ? d'une attitude à adopter ?

Qu'est-ce que Dieu veut me dire aujourd'hui ? Quels enseignements je retiens ?

Quel est le fruit de notre réflexion en une phrase. Qu'est-ce que je découvre et retiens du texte, à quoi m'appelle le texte, quelle conversion ?

4) Le temps de la contemplation ou de la prière

Relire une troisième fois le texte en offrant cette lecture au Seigneur

Pendant 5 à 7 minutes, on peut prier à partir de son observation et sa méditation.

Dans cette prière, on utilisera les mots du texte.

On peut choisir en fonction du texte, la forme de prière qui nous convient le mieux.



Que **disons-nous** au Seigneur en réponse à sa Parole ? La prière comme requête, intercession, action de grâce et louange, est la première manière par laquelle la Parole nous transforme. Enfin, la Lectio divina se termine par la contemplation, au cours de laquelle nous adoptons, comme don de Dieu, le même regard que lui pour juger la réalité, et nous nous demandons : quelle conversion de l'esprit, du cœur et de la vie le Seigneur nous demande-t-il ? (de Benoît XVI, dans son exhortation sur la parole de Dieu ; § 84-87)

Chacun peut ensuite partager sa prière par exemple sous la forme suivante :

Seigneur je te rends grâce pour...

Seigneur je te demande pardon parce que...

Seigneur je me remets entre tes mains..

Seigneur donne moi...

Seigneur viens en aide à ...

Ecrire sa prière avant de la partager à l'ensemble du groupe

Une autre méthode

La lecture spirituelle dans l'exhortation Evangelii Gaudium du pape François

152. Il existe une modalité concrète pour écouter ce que le Seigneur veut nous dire dans sa Parole et pour nous laisser transformer par son Esprit. Et c'est ce que nous appelons '**lectio divina**'. Elle consiste dans la lecture de la Parole de Dieu à l'intérieur d'un moment de prière pour lui permettre de nous illuminer et de nous renouveler. Cette lecture orante de la Bible n'est pas séparée de l'étude que le prédicateur accomplit pour identifier le message central du texte ; au contraire, il doit partir de là, pour chercher à découvrir ce que dit ce message *lui-même* à sa vie. La lecture spirituelle d'un texte doit partir de sa signification littérale. Autrement, on fera facilement dire au texte ce qui convient, ce qui sert pour confirmer ses propres décisions, ce qui s'adapte à ses propres schémas mentaux. Cela serait, en définitive, utiliser quelque chose de sacré à son propre avantage et transférer cette confusion au peuple de Dieu. Il ne faut jamais oublier que parfois, « Satan lui-même se déguise bien en ange de lumière » (2 Co 11, 14).

153. En présence de Dieu, dans une lecture calme du texte, il est bien de se demander par exemple :

Seigneur, qu'est-ce que ce texte me dit à moi ?

Qu'est-ce que tu veux changer dans ma vie avec ce message ?

Qu'est-ce qui m'ennuie dans ce texte ?

Pourquoi cela ne m'intéresse-t-il pas ?

Qu'est-ce qui me plaît, qu'est-ce qui me stimule dans cette Parole ?

Qu'est-ce qui m'attire ?

Pourquoi est-ce que cela m'attire ?



Quand on cherche à écouter le Seigneur, il est normal d'avoir des **tentations**. Une d'elles est simplement de **se sentir gêné ou oppressé**, et de **se fermer sur soi-même** ; une autre tentation très commune est de commencer à penser à **ce que le texte dit aux autres, pour éviter de l'appliquer à sa propre vie**. Il arrive aussi qu'on commence à **chercher des excuses qui permettent d'affaiblir le message spécifique** d'un texte. D'autres fois, on retient que **Dieu exige de nous une décision trop importante, que nous ne sommes pas encore en mesure de prendre**.

Cela porte beaucoup de personnes à **perdre la joie de la rencontre avec la Parole**, mais cela voudrait dire oublier que personne n'est plus patient que Dieu le Père, que personne ne comprend et ne sait attendre comme lui. **Il invite toujours à faire un pas de plus, mais il n'exige pas une réponse complète si nous n'avons pas encore parcouru le chemin qui la rend possible**. Il désire simplement que nous regardions avec sincérité notre existence et que nous la présentions sans feinte à ses yeux, que nous soyons disposés à continuer de grandir, et que nous lui demandions ce que nous ne réussissons

pas encore à obtenir.