

Comment faire une *lectio divina* ?

1 Qu'est-ce que la *lectio divina* ?

La *lectio divina*, **lecture divine**, est une lecture priante de la Parole de Dieu intégrant toutes les autres formes de prière (action de grâces, louange, prière de demande, oraison). Elle est un véritable dialogue avec Dieu dans lequel Dieu nous parle en premier. Notre prière, notre parole est une réponse à Sa Parole en fonction de ce que l'Esprit Saint nous a permis de comprendre. C'est ainsi que Dieu peut vraiment toucher, ouvrir et transformer notre cœur. Ecouter Dieu en premier, c'est Lui laisser l'initiative, Lui permettre de nous guider dans des chemins que nous n'imaginions pas, inattendus, parfois déconcertants mais extraordinairement plus beaux et plus riches que ceux que nous aurions empruntés. Prier en commençant par écouter la Parole de Dieu, c'est cheminer en présence du Seigneur qui nous parle réellement et personnellement : Il nous instruit, nous aide à comprendre, nous interroge et nous invite à Lui répondre ou à L'interroger à notre tour. Il nous comble ainsi de sa présence, comme on est comblé par la présence d'un être qui nous aime et que nous aimons.

Cette prière n'est jamais ennuyeuse et routinière mais au contraire chaque jour nouvelle : notre propre parole, nos propres mots adressés à Dieu en sont complètement transformés parce qu'en écoutant Dieu, on apprend à parler, à penser, à agir avec Dieu, comme Dieu et en Dieu.

La Parole de Dieu est la nourriture qui nous fait grandir dans la vie spirituelle, elle nourrit notre prière et transforme notre comportement et notre être.

La *lectio divina* était la prière de tous les premiers chrétiens, encouragée par les évêques. Avec la christianisation de populations non alphabétisées au début du Moyen-Âge, cette forme de prière a progressivement disparu de la pratique quotidienne des chrétiens pour devenir la « spécialité » des moines et des moniales. Mais aujourd'hui, chacun peut découvrir cette prière si riche et si vivante encouragée par les derniers papes pour donner un nouveau souffle à l'Eglise.

2 Petite méthode de la *lectio divina*

Au XII^{ème} siècle, un moine, Guigues le Chartreux, théorise et rédige la méthode de la *lectio divina* pratiquée depuis plusieurs siècles dans les monastères. Les quatre étapes de la prière à suivre dans un ordre précis sont comme les barreaux d'une échelle qui mène à Dieu. Ce sont la **lecture**, la **méditation**, l'**oraison** et la **contemplation**.

La prière commence par le **Signe de la Croix** et l'**invocation de l'Esprit-Saint** qui ayant inspiré les auteurs bibliques nous guide aujourd'hui aussi dans la compréhension de la Parole de Dieu.

1. La lecture (lectio)

La première étape est la lecture d'un petit passage de la Bible. Même si le texte nous est déjà connu, cette lecture doit être lente et attentive, à la manière dont on lirait la lettre d'une personne qui nous est chère.

2. La méditation (meditatio)

La deuxième étape est la méditation de ce passage pour comprendre ce que le Seigneur nous dit personnellement. Par sa Parole, le Seigneur se révèle à nous et nous rejoint dans notre vie (relation au Seigneur, aux autres, au monde).

Deux questions peuvent guider notre méditation :

- *Qu'est-ce que cette Parole me dit de Dieu ?*
- *Comment cette parole me parle-t-elle à moi personnellement ?*

On peut également imaginer la scène comme si on la vivait.

3. La prière de réponse (oratio)

La troisième étape est celle de notre réponse à la Parole du Seigneur. Cette réponse peut prendre la forme d'une action de grâce, d'une demande de pardon, d'une supplication pour soi ou pour d'autres personnes, d'une louange, d'une interrogation...

4. La contemplation (adoratio)

La quatrième étape termine ce dialogue avec le Seigneur par un petit moment de silence et de paix, simplement dans la joie d'être en Sa Présence. Il est important de prendre le temps de conclure sa prière par une formule conclusive d'action de grâce, éventuellement une prière à la Vierge Marie « qui méditait et gardait toute chose en son cœur » et par un signe de la Croix.