

# PROPOSITIONS POUR SE METTRE À L'ÉCOUTE DE LA PAROLE DE DIEU

## Le dialogue contemplatif

Le dialogue contemplatif est une méthode de prière basée sur la « contemplation » d'un texte biblique. Il est donc important de choisir un texte biblique qui puisse être contemplé.

Dans ce type de prière, chacun est invité, dans un premier temps, à contempler et à se laisser toucher par le texte puis, dans un second temps, à partager ce qui le touche particulièrement aux autres participants de son groupe. Chacun s'enrichit donc de la prière contemplative de l'autre et est entraîné par elle.

*Il est souhaitable d'expliquer le déroulement du temps de prière aux participants avant de commencer. Suivant la modalité choisie, le texte biblique est remis aux participants soit au début, soit au cours de la prière.*

## Propositions de déroulement (30 mn.)

Nous vous proposons deux modalités de déroulement pour cette méthode : choisir l'une ou l'autre modalité.

### Modalité 1

*Distribuer le texte biblique aux participants.*

### Mise en présence de Dieu

L'animateur invite à se mettre en présence de Dieu par un signe de croix.

Il invite chacun à préparer son corps pour ce temps de prière : se mettre dans une posture confortable pour être disponible ; faire silence en soi ; déposer au pied du Seigneur tout ce qui l'habite, les joies et les peines.

Puis, par un chant ou une prière, tous invoquent l'Esprit Saint pour qu'il ouvre leur cœur à l'intelligence des Écritures.

### Lecture du texte, puis contemplation silencieuse

Si nécessaire, l'animateur situe le passage biblique et donne quelques éléments de compréhension. L'animateur lit lentement le texte ; les autres écoutent.

L'animateur invite chacun à contempler le texte et à se laisser interpeller par lui : il invite à sentir, écouter, regarder... l'ambiance, l'environnement, les personnages, les gestes, les attitudes, les paroles...

*Remarque : C'est un temps de silence (5 mn.) ; seul l'animateur parle doucement, avec des temps de pause, pour accompagner la contemplation.*

## Premier tour de parole (à chaque table)

L'animateur invite les participants de chaque table à partager entre eux. À tour de rôle, chacun exprime brièvement (en une phrase) ce qui l'a touché : tel personnage, telle parole ou telle attitude... « J'ai vu », « J'ai entendu », « J'ai été touché »...

L'animateur rappelle qu'il s'agit d'un partage : un membre de la table parle, les autres écoutent et accueillent ce qu'il dit sans réagir à ses propos.

*Remarque : Pour faciliter la prise de parole, il peut être bon de définir au préalable dans quel sens tournera la parole. On peut aussi se passer un livre fermé, une bougie ou un objet symbolique.*

Puis l'animateur invite à un temps de silence pour relire le texte et méditer tout ce qui vient d'être partagé lors de ce tour.

## Deuxième tour de parole (à chaque table)

L'animateur invite à faire un deuxième tour de table : à la lumière de ce que les autres ont exprimé lors du premier tour, chacun dit ce qui s'approfondit en lui, comment le texte le touche maintenant (même mode qu'au 1er tour).

Puis l'animateur invite à un temps de silence pour relire le texte et intérioriser ce qui vient d'être partagé lors de ce tour.

## Troisième et dernier tour de parole (à chaque table)

L'animateur invite à faire un troisième tour de table : chacun formule une prière (louange, intercession) et l'adresse au Seigneur, soit en silence dans son cœur, soit en la partageant aux autres.

## Conclusion

Terminer ce temps de prière par un chant ou un *Notre Père*.

## Modalité 2

*Demander aux participants de sortir un crayon.*

### Mise en présence de Dieu

L'animateur invite à se mettre en présence de Dieu par un signe de croix.

Il invite chacun à préparer son corps pour ce temps de prière : se mettre dans une posture confortable pour être disponible ; faire silence en soi ; déposer au pied du Seigneur tout ce qui l'habite, les joies et les peines.

Puis, par un chant ou une prière, tous invoquent l'Esprit Saint pour qu'il ouvre leur cœur à l'intelligence des Écritures.

### Lecture du texte

Si nécessaire, l'animateur situe le passage biblique et donne quelques éléments de compréhension. L'animateur indique que chacun est invité à écouter le récit biblique sans l'avoir sous les yeux afin de le visualiser intérieurement.

Puis l'animateur lit lentement le texte ; les autres écoutent.

## Temps de contemplation personnelle

*Le texte biblique est distribué à chaque participant.*

L'animateur invite chacun à relire le texte en silence. Puis il invite chacun à souligner, avec son crayon, d'abord ce qui le surprend, le choque, l'interroge ; ensuite, que ce qui le rejoint, le touche, lui parle.

Enfin il invite chacun à se demander quel visage du Christ lui est révélé dans cette Parole.

*Remarque : C'est un temps de silence (5 mn.) ; seul l'animateur parle doucement, avec des temps de pause, pour accompagner la contemplation.*

## Premier tour de parole (à chaque table)

L'animateur invite les participants de chaque table à partager entre eux. À tour de rôle, chacun exprime brièvement (en une phrase) ce qui l'a surpris, choqué ou interrogé ou ce qui l'a rejoint, l'a touché : « tel personnage, telle parole ou telle attitude m'interroge, me touche... »

L'animateur rappelle qu'il s'agit d'un partage : un membre de la table parle, les autres écoutent et accueillent ce qu'il dit sans réagir à ses propos.

*Remarque : Pour faciliter la prise de parole, il peut être bon de définir au préalable dans quel sens tournera la parole. On peut aussi se passer un livre fermé, une bougie ou un objet symbolique.*

Puis l'animateur invite à un temps de silence pour méditer tout ce qui vient d'être dit lors de ce tour (5 mn.)

## Deuxième tour de parole (à chaque table)

L'animateur invite à faire un deuxième tour de table : chacun exprime ce que lui dit ce texte pour sa vie aujourd'hui ; quel visage du Christ lui est révélé dans ce passage biblique (même mode qu'au premier tour).

Puis l'animateur invite à un temps de silence pour intérioriser ce qui vient d'être dit lors de ce tour (5 mn.)

## Troisième et dernier tour de parole (à chaque table)

L'animateur invite les participants de chaque table à échanger et réagir à ce qu'ils ont entendu des autres : comment certaines paroles m'ont éclairé, m'ont donné un élément de réponse à une question que je me posais...

*Échange libre mais toujours dans une attitude d'écoute.*

## Conclusion

Terminer ce temps de prière par la relecture du récit biblique.

L'animateur peut conclure par une prière d'action de grâce pour ce qui a été reçu, par un chant ou par un *Notre Père*.

# Le bibliodrame

Bibliodrame signifie littéralement une manière d'explorer la parole de Dieu dans l'action. C'est la Bible (grec, *biblio* = livre) en action (grec, *drâma* = action théâtrale).

Son principe de base consiste à rendre vivant un récit biblique par un partage de groupe guidé par un animateur et au sein duquel chaque participant choisit un personnage, animal ou élément auquel il s'identifie ; il se met « dans la peau » de celui-ci pour entendre et recevoir la Parole.

Le texte biblique choisi sera de préférence un récit (plutôt qu'un discours) formant une unité et comportant plusieurs personnages. Il sera au préalable « découpé » en deux péripécies de préférence, trois si nécessaire.

*L'animateur expliquera qu'il y aura plusieurs temps ; avant chaque temps, il expliquera ce qui va se passer. L'animateur remettra le texte biblique choisi aux participants soit au début, soit à la fin de la prière.*

## Propositions de déroulement (30 mn.)

### Mise en présence de Dieu

L'animateur invite à se mettre en présence de Dieu par un signe de croix.

Il invite chacun à préparer son corps pour ce temps de prière : se mettre dans une posture confortable pour être disponible ; faire silence en soi ; déposer au pied du Seigneur tout ce qui l'habite, les joies et les peines.

Puis, par un chant ou une prière, tous invoquent l'Esprit Saint pour qu'il ouvre leur cœur à l'intelligence des Écritures.

### Premier temps : Lecture du texte et choix d'un personnage

*Au cours de ce temps, il va s'agir pour chacun de choisir l'un des personnages ou éléments de la scène. Cela peut être un personnage explicitement nommé ou supposé présent à la scène (par exemple : un homme dans la foule). Cela peut être aussi un animal ou un simple élément matériel de la scène (une pierre, un arbre, un vêtement, un puits, de l'eau, etc.)*

L'animateur lit lentement le texte une première fois ; les participants écoutent.

L'animateur invite à un temps de silence pendant lequel chacun commencera à choisir un personnage, un animal ou un des éléments de la scène auquel s'identifier.

L'animateur lit le texte une seconde fois pour permettre à chacun de confirmer intérieurement son choix.

L'animateur invite chacun à dire aux membres de son groupe, c'est-à-dire de sa table, le personnage qu'il a choisi. S'il y a plusieurs fois le même personnage, cela ne pose pas de problème.

## Deuxième temps : Lecture des deux péripécopes, avec partage et silence

*Le texte a été coupé en deux péripécopes qui vont être lues. Au cours de la lecture, chacun est invité à « se mettre dans la peau » de « son » personnage ou animal ou élément.*

*Après la lecture de chacune des péripécopes, il y aura un temps de partage par table. Le tour peut se faire en suivant ou librement.*

*Chacun ne parle qu'une seule fois à chaque tour. L'un parle, les autres écoutent. Il est toujours possible de dire « Je passe ».*

*Chacun dit brièvement où il est placé dans la scène, ce qu'il éprouve, ce qu'il ressent, ce qu'il dit, éventuellement ce qu'il fait. (Pas forcément tous ces points, il est bon d'être assez bref - une ou deux phrases suffisent. Surtout se situer à l'époque où cela se passe.)*

L'animateur lit lentement la première péripécopie. Il invite les participants de chaque table à partager entre eux sur la péripécopie qui vient d'être lue et celle-là seulement.

Après le temps de partage, l'animateur invite à un temps de silence pour que chacun puisse tirer profit, intérioriser pour lui-même ce qu'il a entendu.

Puis l'animateur lit lentement la deuxième péripécopie. Et anime comme pour la première péripécopie.

## Troisième temps : Action de grâce

*Au cours de ce temps, chacun va regarder ce qui s'est passé et rendre grâce pour ce qui a été vécu.*

L'animateur invite chacun à s'éloigner de son « personnage » et redevenir lui-même. Puis chacun s'interroge :

- en quoi s'est-il reconnu dans ce « personnage, animal ou élément » ?
- qu'est-ce que ce « personnage, animal ou élément » lui a permis de vivre ? En quoi lui a-t-il permis de mieux comprendre sa relation à Dieu et aux autres ?

Puis l'animateur invite chacun à se remémorer un passage du texte biblique qui l'a particulièrement touché.

L'animateur invite à une prière ou un chant d'action de grâce.

# La lectio divina

La *lectio divina* est une méthode de prière basée sur l'écoute de la parole de Dieu. En lisant le texte biblique et en le méditant sous la conduite de l'Esprit Saint, chacun est invité à écouter Dieu qui lui parle et l'appelle pour, ensuite, pouvoir lui répondre et entrer ainsi dans une communion d'amour avec Lui.

*Il est souhaitable d'expliquer le déroulement du temps de prière aux participants avant de commencer. L'animateur remettra le texte biblique choisi aux participants avant le début de la prière.*

## Propositions de déroulement (30 mn.)

Nous vous proposons deux modalités de déroulement pour cette méthode : choisir l'une ou l'autre modalité. Suivant la modalité, la prière est davantage personnelle ou davantage axée sur l'échange avec les autres membres du groupe.

### Modalité 1

*Distribuer le texte biblique aux participants.*

#### Mise en présence de Dieu

L'animateur invite à se mettre en présence de Dieu par un signe de croix.

Il invite chacun à préparer son corps pour ce temps de prière : se mettre dans une posture confortable pour être disponible ; faire silence en soi ; déposer au pied du Seigneur tout ce qui l'habite, les joies et les peines.

Par un chant ou une prière, tous invoquent l'Esprit Saint pour qu'il éveille leur cœur et leur apprenne à recevoir la Parole de Dieu avec un cœur disponible.

Puis, l'animateur invite chacun à faire silence quelques instants pour se préparer à écouter ce que le Seigneur va lui dire.

#### Lecture du texte

L'animateur lit le texte biblique, lentement, avec attention.

#### Relecture et méditation personnelle

L'animateur invite chacun à lire et relire le texte en silence, sous la conduite de l'Esprit Saint (comme s'il écoutait le murmure de quelqu'un qui lui parle).

Je suis attentif :

- à ce que je vois,
- à ce que j'entends,
- à ce qui suscite mon admiration, mon étonnement et aussi mon incompréhension.

Je lis doucement pour bien comprendre le sens et observer pas à pas : que dit le texte ?

Puis l'animateur invite chacun à prendre un temps de méditation, toujours sous la conduite de l'Esprit Saint :

- Qu'est-ce que le texte fait résonner en moi ?
- Qu'est-ce que le texte me dit aujourd'hui pour ma vie ?

Si une parole m'interpelle particulièrement, je la garde dans mon cœur, en la ruminant et en la mémorisant.

## Réponse personnelle

L'animateur invite chacun à répondre à Dieu qui lui a parlé :

- je parle au Seigneur avec mes mots en réponse à sa Parole ;
- je laisse jaillir de mon cœur ce que je désire lui dire.

Ma lecture devient alors prière, dialogue avec Dieu.

## Action de grâce

L'animateur invite à terminer ce temps par un chant ou une prière d'action de grâce pour ce qui a été reçu.

## Modalité 2

*Distribuer le texte biblique aux participants.*

### Mise en présence de Dieu

L'animateur invite à se mettre en présence de Dieu par un signe de croix. Il invite chacun à préparer son corps pour ce temps de prière : se mettre dans une posture confortable pour être disponible ; faire silence en soi ; déposer au pied du Seigneur tout ce qui l'habite, les joies et les peines.

Par un chant ou une prière, tous invoquent l'Esprit Saint pour qu'il éveille leur cœur et leur apprenne à recevoir la Parole de Dieu avec un cœur disponible.

Puis, l'animateur invite chacun à faire silence quelques instants pour se préparer à écouter ce que le Seigneur va lui dire.

### Lecture du texte

L'animateur lit le texte biblique, lentement, avec attention.

### Relecture et méditation personnelle

L'animateur invite chacun à lire et relire le texte en silence sous la conduite de l'Esprit-Saint (comme s'il écoutait le murmure de quelqu'un qui lui parle) :

- J'observe la situation, je me représente la scène décrite.
- J'accepte de ne pas aller trop vite pour bien observer pas à pas : que dit le texte ?

Puis l'animateur invite chacun à prendre un temps de méditation :

- Qu'est - ce que ce texte fait résonner en moi ?
- Qu'est - ce que le texte me dit ?
- Qu'est - ce que le texte rejoint en moi, dans ma vie ?

Je ne suis pas seul : l'Esprit Saint me conduit et me donne l'intelligence des Écritures.

## Premier tour de parole

L'animateur invite les participants de chaque table à partager entre eux :

À tour de rôle, chacun cite un mot, une expression, un passage du texte qui le marque et lui parle aujourd'hui. Chacun essaie de dire aux autres, en quelques mots (une ou deux phrases) ce que l'Esprit Saint a éclairé en lui par ce texte.

L'animateur rappelle qu'il s'agit d'un partage : un membre de la table parle, les autres écoutent et accueillent ce qu'il dit sans réagir à ses propos.

*Remarque : Pour faciliter la prise de parole, il peut être bon de définir au préalable dans quel sens tournera la parole. On peut aussi se passer un livre fermé, une bougie ou un objet symbolique.*

## Nouvelle lecture et temps de prière personnelle

L'animateur invite chacun à relire le texte en silence, puis à entrer dans une prière personnelle : la lecture devient prière. Avec ce que l'Esprit Saint a fait en moi, avec ce que j'ai accueilli des autres, je parle au Seigneur avec mes mots en réponse à sa Parole.

Cette prière peut engendrer la contemplation : sous la conduite de l'Esprit Saint, goûter la paix en Dieu et contempler son œuvre dans ma vie.

## Deuxième tour de parole

L'animateur invite les participants de chaque table à un deuxième tour de table. Afin que cette prière personnelle devienne prière communautaire, je partage brièvement ma prière.

## Garder en mémoire

L'animateur invite chacun à noter, en une phrase ou deux, la Parole qui lui a été personnellement adressée aujourd'hui ou ce qui a trouvé un écho dans sa vie.

## Action de grâce

L'animateur invite à terminer ce temps par un chant ou une prière d'action de grâce pour ce qui a été reçu.