



Oser l'écoute

Cette démarche se fonde sur la discipline spirituelle de « la prière avec l'Écriture ». Elle propose une expérience de groupe pour apprendre et s'exercer à prier avec l'Écriture, appelée *Lectio divina*, aussi dite « Étude biblique africaine » ou encore « méthode de Lambeth ».

Le fondement de cette discipline de prière avec l'Écriture est la disponibilité des participants à l'écoute :

- De soi-même : ce qui habite notre esprit et notre cœur, même s'il s'agit de choses qu'on aimerait mieux ne pas entendre ;
- De Dieu : ce que le divin a à nous communiquer, même s'il s'agit de choses qu'on aimerait mieux ne pas entendre ;
- D'autrui : sans jugement, en accueillant la personne et ses propos dans la prière, sans commentaire ni discussion.

Chaque rencontre emploie une démarche de petit groupe :

- Un repas préalable (facultatif)
- Le rassemblement
- L'ouverture
- La prise de contact
- Réflexion
- Conclusion
- Clôture

Voici une proposition de textes pour les rencontres

- Première rencontre : Luc 15,1–7 (le groupe y élabore son alliance.)
- Deuxième rencontre : Ésaïe 51,1–3
- Troisième rencontre : Matthieu 26,6–13
- Quatrième rencontre : Luc 9,28–36
- Cinquième rencontre : 1 Corinthiens 13,1–13
- Sixième rencontre : Matthieu 12,41–44

Lorsque le temps de prière est terminé, les participants peuvent mettre par écrit leurs réflexions personnelles dans un journal.

Si les participants souhaitent échanger un peu, ils peuvent amorcer une réflexion à propos du lieu, du moment ou de la manière dont ils ont ressenti la présence de Dieu dans leur vie au cours des derniers jours, ou même son absence.



Lectio divina

La *Lectio divina* est un exercice spirituel dont la pratique apporte, au bout d'un certain temps, de nombreux acquis :

- Entrer plus profondément dans l'écoute des écritures ;
- Formuler ses difficultés personnelles face à l'appel de Dieu ;
- Écouter les autres avec attention et dans la prière ;
- Se sentir à l'aise dans le silence ;
- Prier les uns pour les autres ;
- Respecter son expérience personnelle et ses réactions (ainsi que l'expérience et les réactions d'autrui) face aux écritures ;
- Respecter la confidentialité ;
- S'accompagner mutuellement dans son cheminement de foi ;
- Développer une communauté de foi.

Quatre principes importants

1. La *Lectio divina* est une réflexion basée sur l'expérience personnelle, pas une étude pour tenter d'en arriver à une compréhension « juste » du texte.
2. Ce qui se dit dans le groupe reste dans le groupe. Chacun, chacune doit observer la plus stricte confidentialité.
3. Les participants sont toujours libres de passer leur tour s'ils ne désirent pas s'exprimer ou s'ils n'ont rien à dire de particulier.
4. Lorsqu'une personne prend la parole, toutes les autres écoutent sans réagir. Il n'y a pas de discussion.

Méthode de réflexion

1. Le texte doit être lu trois fois, par trois personnes différentes (à chaque reprise, on peut lire la même version du texte ou différentes versions du texte).
2. Une période de profond silence doit suivre chaque lecture.
3. Pendant la période de silence, les participants se mettent « en présence » du texte. Plutôt que réfléchir à ce que le texte veut dire, les participants attendent que le texte leur « parle ».
4. Chaque personne partage ses réflexions personnelles alors que les autres participants écoutent sans commenter. Il n'y a pas de discussion.



Le processus

- Choisissez un court texte biblique de six à dix versets. Il est préférable que les lecteurs / lectrices soient choisis à l'avance.

Étape 1

1. Le leader invite les participants, pendant la période de silence, à se remémorer un mot ou une expression qui résonne particulièrement pour eux.
2. Le premier lecteur lit le passage biblique alors que tous les participants écoutent sans regarder le texte (puis le lecteur met le texte de côté).
3. Une période de silence d'au moins une minute suit cette première lecture.
4. Le leader demande aux participants de partager au groupe le mot ou l'expression qui s'est dégagée du texte pour eux pendant la période de silence. Il n'y aura pas d'explication supplémentaire ou de discussion. (Les participants ne devraient jamais se justifier de ce qui les a frappés dans le texte. Ils peuvent également choisir de ne pas partager ce qu'ils pensent avec le groupe.)

Étape 2

1. Le leader invite les participants, pendant la période de silence, à s'ouvrir à la question suivante : En quoi cet extrait biblique est-il pertinent pour votre vie aujourd'hui (par exemple, votre vie familiale, votre vie professionnelle, votre vie en Église) ?
2. Le deuxième lecteur lit le même texte, alors que tous les autres participants écoutent (puis le lecteur met le texte de côté).
3. Une période de silence d'au moins trois minutes suit cette deuxième lecture.
4. Les participants partagent leurs réactions, mais n'en discutent pas.

Étape 3

1. Le leader invite les participants, pendant la période de silence, à s'ouvrir à la question suivante : À partir de ce que j'ai entendu et partagé, qu'est-ce que Dieu attend de moi cette semaine ? Ou : Quels sont les changements que Dieu attend de moi ?
2. Le leader informe également le groupe qu'après la période de partage on demandera à chaque participant de prier pour la personne qui se trouve à



sa gauche, en réponse à ce que cette personne aura communiqué au groupe.

3. Le troisième lecteur lit le même texte, alors que tous les autres participants écoutent (puis le lecteur met le texte de côté).
4. Une période de silence de trois à cinq minutes suit cette troisième lecture.
5. Les participants partagent leurs réactions.
6. Les participants joignent leurs mains et, un par un, prient pour la personne qui se trouve à leur gauche. Faites le tour du cercle vers la droite pour permettre à la personne pour qui on a prié de rester pour un moment dans l'esprit de cette prière sans avoir à parler tout de suite.
7. Les participants terminent la rencontre avec le Notre Père.