



La lectio divina

Ou prier avec la Parole de Dieu

La lectio divina, qu'est-ce que c'est ?

De même que nous nourrissons chaque jour notre corps, ainsi devons-nous accueillir la Parole de Dieu chaque jour pour que, aujourd'hui, elle continue à accomplir en nos cœurs ce qu'elle exprime. « *Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour...* »

La **lectio divina** est, par définition **la lecture chrétienne de la Parole de Dieu**. Elle consiste traditionnellement en **une lecture priante de la Bible**. Par extension, elle peut désigner la lecture priante appliquée à des auteurs spirituels, particulièrement les Pères de l'Église, mais aussi les écrits et les vies de saints, les auteurs de spiritualité à travers les siècles jusqu'à aujourd'hui.

C'est une activité importante dans la vie monastique et saint Benoît, père des moines et des moniales bénédictin(e)s et cistercien(ne)s, recommande dans sa Règle qu'ils et elles y soient quotidiennement fidèles (Voir la *Règle de saint Benoît*, chap. 48).

C'est donc **une lecture priante, amoureuse de la Parole de Dieu**. Dans cette lecture amoureuse, Dieu vient à ma rencontre pour me parler au cœur. Comme un ami parle à son ami. Ce n'est pas un moment d'étude de texte, ni de travail intellectuel, c'est vraiment le moment d'une rencontre – de LA rencontre avec Celui qui veut me donner vie en abondance et me faire vivre de sa vie.

« Cette lecture est lecture mendicante, elle est un acte de pauvreté, en lequel le chercheur de Dieu avoue sa faim et sa soif d'une parole, d'une rencontre : dis-moi une parole, fais-toi connaître à moi »

La lectio divina n'est pas réservée aux moines et aux moniales. Tout baptisé, tout chercheur de Dieu est appelé à faire grandir son amour et sa connaissance de Lui par ce moyen. À l'heure actuelle, de plus en plus de chrétiens pratiquent la *lectio divina*, soit seul chez eux, à un moment approprié de la journée, soit en groupe, soit à l'occasion de retraites ou bien en paroisse. De nombreux livres ainsi que des sites sur le web sont dédiés à cette pratique pour aider, accompagner ceux et celles qui veulent s'y adonner (voir quelques pistes en fin de document).

Comment faire *lectio divina* ?

- ❖ **Choisir un moment approprié** de la journée (où on ne sera pas dérangé) dans un endroit calme, de solitude et de silence. Prendre le temps de m'intérioriser. Demander la grâce de m'ouvrir à la Présence de Dieu. Il est là, pour moi, pour me rejoindre là où j'en suis et là où je suis.
- ❖ **Choisir un texte.** Ce peut être les textes liturgiques du jour, ou bien la lecture continue d'un évangile, d'un livre de la Bible, d'un psaume ou d'un auteur spirituel de qualité. Mais la *lectio divina* par excellence se fait avec la Bible.
- ❖ **Lire lentement**, en prêtant attention au texte tel qu'il est. Regarder le contexte : ce qui précède et ce qui suit le texte. Regarder les personnes : qui sont-elles ? Que font-elles ? Que disent-elles ? Être attentif à la scène, aux déplacements, les mots qui se répètent, ceux qui s'opposent, etc. La situation de départ, la situation finale, les transformations opérées, etc.
Ce texte renvoie-t-il à d'autres textes : regarder les références dans la marge, les notes ?
- ❖ **Laisser le texte faire résonance en soi**, sans craindre de s'arrêter longtemps sur une phrase, un mot, une scène. On peut lire et relire, ruminer le texte, s'en imprégner calmement. Et s'arrêter là où il y a du goût, où « ça » parle, où « ça » touche le cœur.
- ❖ C'est alors le moment de **la prière**. Elle peut être une action de grâce ou bien une demande, une supplication à Dieu. Mais le silence est aussi prière...

Remarque : Il est bon de se fixer un temps pour la lectio, et de s'y tenir, même s'il ne se passe apparemment rien. Qui sait ? Plus tard, demain, quelque chose peut revenir...et petit-à-petit l'on mémorise les textes qui font leur chemin en nous.



Petites précisions...

Avec quel support faire lectio ? Il est préférable et fructueux de faire *lectio* avec une Bible, un Évangile, un missel, plutôt que sur un écran (web ou téléphone portable). Le papier plutôt que l'écran !

Pourquoi ? Surtout parce qu'avec une Bible ou un Évangile il y a en marge des renvois à d'autres passages de la Bible qui peuvent éclairer ou enrichir le texte. Et qu'il y a des notes explicatives en bas de page.

Quelle Bible utiliser ? De préférence la **TOB** (Traduction Œcuménique de la Bible), très riche avec ses notes et proche du texte original, mais aussi la Bible **NBS** (grand format avec notes). La **Bible de Jérusalem** est aussi agréable, plus littéraire dans sa traduction, mais les notes n'ont pas été révisées depuis longtemps.

Une Bible très pédagogique : **Ze Bible** (éditions Bibli'O) qui comporte des outils de lecture, des programmes de lecture, des parcours thématiques, etc. (voir plus bas références du site web)

Que lire ? Il est toujours enrichissant de faire *lectio* avec **les textes proposés par la liturgie** – c'est-à-dire ceux que l'Église propose chaque jour pour la célébration de l'Eucharistie. Faire *lectio* avec la liturgie du jour nous met en communion avec toute l'Église, tous ceux qui célébreront l'Eucharistie, en paroisse, dans les communautés religieuses de par le monde entier.

D'autre part, chaque année, **le temps liturgique nous fait parcourir tout le mystère du Christ**. À travers le cycle pascal, les fêtes fixes, la succession des dimanches, ce sont les grands mystères de la foi que les chrétiens sont invités à célébrer. Il y a là **comme une catéchèse permanente**, un voyage initiatique qui permet aux baptisés de se réapproprier toutes les dimensions de leur foi, au cœur de leur propre histoire et de celle de l'humanité.

Quelques citations...

« Que tes paroles sont douces à mes lèvres ! Ma bouche les préfère même au miel des rayons »,
« Ta parole est la lumière de mes pas, la lampe de ma route », (Ps. 118,103.105)

« Tendez l'oreille, venez vers moi, écoutez et vous vivrez. » (Is 55,3)

« Demandez, on vous donnera ; cherchez, vous trouverez ; frappez, on vous ouvrira. En effet quiconque demande reçoit, qui cherche trouve, à qui frappe on ouvrira. » (Mt 7,7-8)

« La lecture doit servir à l'oraison... quand vous lisez, on vous instruit du Christ, mais en priant, vous entretenez avec lui un colloque familial. Et qu'y a-t-il de plus agréable avec lui, que de parler de lui ?

La Parole de Dieu est une semence et c'est par elle que la lumière et la chaleur sont répandues sur la terre. » (Gilbert de Hoyland, cistercien du XII^{ème} siècle)

« (...) Vous qui parcourez les jardins des Écritures (...) scrutez chaque détail et, comme des abeilles diligentes recueillent le miel du dedans des mots recueillez l'Esprit... » (Guerric d'Igny, cistercien du XII^{ème} siècle)

Pour aller plus loin...

Des livres :

- Christophe de DREUILLE, *Nourris-toi de la Parole. Une invitation à la lectio divina quotidienne*, Parole et silence/Lethielleux, 2009.
- Enzo BIANCHI, *Prier la Parole. Lecture et méditation des Écritures*, Albin Michel, coll. *Spiritualités vivantes*, n° 283, 2014.
- Christophe de DREUILLE, *Lectio divina. Un chemin pour prier la Parole de Dieu*, Cerf, Coll. *Cahiers Évangile*, n° 164, 2013.

Des sites web :

- **Lectio divina au quotidien** (site très pédagogique et riche) :
<https://lectiodivina.catholique.fr/>
- **Service biblique catholique Évangile et Vie** :
<https://www.bible-service.net/extranet/current/pages/>
- **Ze Bible** (Parcours thématiques, animations, vidéos, visuels) :
<https://www.zebible.com/>
- **Notre-Dame du Web** (site ignacien) :
<https://www.ndweb.org/prier-a-partir-de/un-ecrit-spirituel/>
- Fraternités de Jérusalem (site et podcasts) :
<https://fraternites-jerusalem.org/podcasts-audio>
- **L'Évangile au quotidien** :
<https://www.levangileauquotidien.org/FR/gospel>

Mais aussi des supports papier ou électroniques pour suivre la liturgie quotidienne :

- <https://français.magnificat.net/accueil/decouvrir>
- <https://www.prionseneglise.fr/>
- <https://www.paroleetpriere.fr/>

