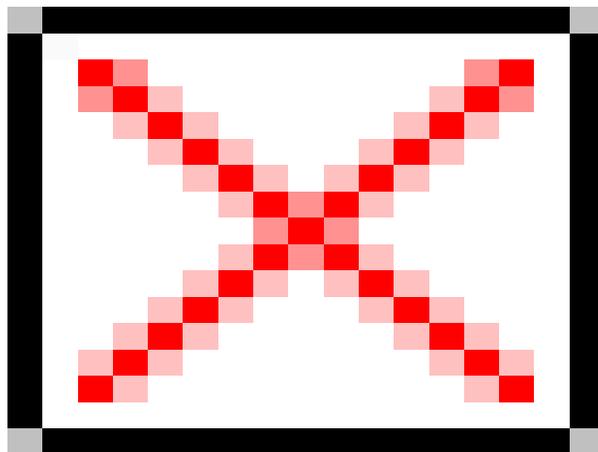


- [Conditions pour vivre la \*Lectio Divina\*](#)
- [Mise en route de la \*Lectio Divina\* quotidienne](#)
- [Plan de lecture proposé dans les feuilles hebdomadaires](#)
- [Bibliographie pour aller plus loin](#)

Vous trouverez un résumé de cette présentation dans le document

["Conseils pour la pratique de la \*Lectio Divina\*"](#).



## 1. Conditions pour vivre la lectio divina :

S'engager à prier la Parole de Dieu chaque jour. Ne pas être trop ambitieux. Dégager un temps raisonnable dans sa journée pour la lectio divina. Il vaut mieux commencer par un temps court (peut-être 20 mns) et s'y tenir chaque jour avec constance. Avoir la volonté de persévérer dans l'accueil quotidien de la Parole. Ne pas se décourager si ce rythme est difficile à tenir. S'y remettre en s'appuyant sur une occasion qui permettra de remettre en route ce rythme : une confession, un temps liturgique particulier, une retraite ou un pèlerinage.

N'oublions pas que le Seigneur veut nous faire aller de commencement en commencement. Accepter de se laisser surprendre par la Parole de Dieu, telle que l'Esprit Saint voudra nous la donner. Ne pas chercher dans la lectio divina de simples consolations, ni la seule confirmation de ce que nous pensons déjà avoir découvert. Il faut accepter de se laisser convertir par la Parole de Dieu.

[Retour en haut de page](#)



## 2. La mise en route de la Lectio Divina quotidienne

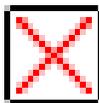
Avec le soutien des [feuilles hebdomadaires que vous pouvez télécharger sur ce site](#) .

Le rythme quotidien : Il faut prévoir un temps d'au moins 20 minutes chaque jour. Pour y arriver avec une réelle régularité, il est important de prendre l'habitude de le prévoir dans l'organisation de sa journée (si possible dès la veille). Autrement dit, il ne faut pas attendre de n'avoir plus rien d'autre à faire pour s'y mettre. La *Lectio Divina* se vit de manière habituelle chez soi. Pour entrer dans ce temps de prière, on peut dégager son bureau (pour éviter les distractions) et y disposer sa Bible (de préférence une Bible grand format) en l'ouvrant à la page qui contient la lecture du jour. Il est conseillé également d'avoir à portée de main un carnet ou un cahier sur lequel on pourra noter telle référence ou telle réflexion éveillée par la prière de la Parole. Il est important de prendre l'habitude de soigner l'entrée dans ce temps de prière. On commencera le temps de *Lectio Divina* en faisant le signe de la Croix et en

invoquant l'Esprit-Saint (cf. les [formules de prière proposées sur ce site](#) ).

S'étant ainsi rendu le plus disponible possible à l'accueil de la Parole de Dieu, on peut passer à la lecture priante ~~texte~~ biblique prévu pour la journée. Que nous vivions cette prière dans la joie ou bien au contraire dans l'aridité, il est essentiel de s'en tenir fermement au temps que l'on s'est fixé, sans l'interrompre. Au terme de ce temps, on peut prier le Notre Père, et prendre une formule d'acclamation de la Parole de Dieu et exprimer son action de grâces pour la Parole semée dans le cœur. Il est bon de prévoir de temps en temps, et au moment où votre programme le permet, un temps de prière silencieuse ou d'adoration plus prolongé (peut-être dans une église ou un oratoire). Cela permet alors de reprendre ce qui a été noté durant la *Lectio* quotidienne.

[Retour en haut de page](#)



### 3. Le plan de lecture proposé dans les [feuilles hebdomadaires](#)

Une lecture continue. Nous vous proposons, environ tous les mois ou tous les deux mois, un livre biblique ou un ensemble cohérent de chapitres d'un de ces livres, en lecture continue. Le choix de ces ensembles de textes est guidé par deux préoccupations : le lien avec les temps liturgiques de l'année, et le souci de vous proposer une certaine variété des textes priés (choisis alternativement dans l'AT, dans les Evangiles et dans le reste du NT). En 2006-2007, nous avons ainsi reçu les textes suivants : 1 Jn ; Lc 1-4 ; Jr 1-6 ; Ep et Lc 4-9 ; En 2008, nous avons reçu : Ga ; 1 Co 40-48 ; Jn 13-19 ; Jn 20-21 ; 1P ; Ps 119 ; 2 Co ; Ph ; Is 1-9. En 2009, dans la dynamique de l'année Saint Paul, nous avons reçu 1 Co ; Ac 1-9 ; Ps (1-18) ; Mc 1-7 ; Is 49-55. En 2010, nous avons reçu Mt 5-7 ; Osée ; Ac 9-15 ; Sg 1-9 ; Lc 9-14 ; 2 P ; Jonas ; Is 56-66.

La progression dans cette lecture continue. Jour après jour, le choix des passages pour la prière quotidienne obéit à deux principes importants de la *Lectio Divina* : tout d'abord, l'importance de la lecture continue ; la Parole de Dieu se donne en effet à nous sous la forme d'œuvres littéraires qui ont une cohérence interne, et non sous la forme de simples maximes. D'autre part, la *Lectio Divina* s'appuie sur la répétition des textes bibliques pour que cette Parole s'imprime profondément en nous et nous nourrisse.

[Retour en haut de page](#)



**Première étape : la lecture** . Nous vous proposons, dans un premier temps, de vous contenter de lire chaque jour quelques versets de cet ensemble de chapitres des textes de la Parole de Dieu. La feuille hebdomadaire que vous avez reçue vous donne alors les références du passage biblique qui sera notre nourriture de chaque jour. Nous ne donnons sur la feuille que les références (et non le texte lui-même) pour que vous preniez l'habitude de lire la Parole de Dieu dans votre Bible. Puisqu'il s'agit d'une lecture continue, il suffit de laisser un marque-page dans votre Bible pour retrouver rapidement le lendemain la suite du passage à lire.

Durant cette première lecture, nous sommes invités à découvrir la Parole de Dieu qui nous est donnée aujourd'hui. Ce peut être une vraie découverte d'un texte que nous ne connaissions pas. Il est alors plus facile de se laisser enseigner par cette Parole dans sa nouveauté. Ce peut être aussi un texte que nous connaissons déjà. Il faut alors accepter de le redécouvrir. Parfois le texte nous semblera déconcertant, rude ou obscur. Il faut l'accepter tel qu'il se présente. Il sera toujours temps plus tard de chercher un éclaircissement ou un conseil.

Cette première étape est celle de la lecture proprement dite (cf. pages sur la [pédagogie de la lectio divina](#) ).

Concrètement, après avoir soigné l'entrée dans le temps de prière, nous pouvons alors lire lentement, paisiblement, le texte pour le goûter et l'assimiler (et non pour l'étudier). Cela permet de nous rendre disponibles à la Parole que le Seigneur veut nous offrir aujourd'hui. Après cette lecture, il faut prendre un temps de silence qui permettra à un mot, une phrase, une question, un élément du texte de s'inscrire en nous. On peut ensuite relire une seconde ou une troisième fois le texte avant la fin du temps de prière.

Durant ces premiers jours, il est important de ne pas aller trop vite du côté de la méditation. Il faut en effet découvrir toute la richesse de la lecture elle-même de la Parole de Dieu et accepter cette ascèse d'une certaine passivité devant le texte à recevoir.

[Retour en haut de page](#)



**Deuxième étape : la méditation** . Une fois que l'ensemble des chapitres choisis a été reçu, nous vous proposons de reprendre chacun des textes pour une seconde et une troisième lecture. C'est alors l'étape de l'approfondissement de la Parole de Dieu.

Dans cette seconde étape, un même texte biblique (déjà rencontré dans la première étape) vous est proposé deux jours de suite. Le premier jour, il est éclairé par un autre texte biblique qui est fourni *in extenso* dans la feuille hebdomadaire (cela évite de passer trop de temps à retrouver ce texte dans la Bible ; mais si vous souhaitez, vous pouvez choisir de le chercher dans votre Bible). Le jour suivant, il est accompagné par un texte de la tradition chrétienne (Pères de l'Eglise, saints, Papes...).

Concrètement, après avoir relu le texte biblique de référence (la « lecture suivie ») vous pouvez prendre un peu de temps pour le méditer. Puis vous pouvez lire le texte complémentaire et ainsi enrichir votre méditation dans un nouveau temps de silence.

La méditation consiste d'abord à s'appuyer sur le contenu de la Parole de Dieu pour creuser le mystère de la révélation du projet divin sur l'homme et sur le salut. Dans un second temps (et seulement dans un second temps), nous pouvons chercher l'application personnelle de cette Parole dans notre vie (cf. pages sur la [pédagogie de la lectio divina](#)).

[Retour en haut de page](#)



**Troisième étape** : la méditation débouche sur **la prière (oratio)** qui permet de reformuler ce qui a été reçu pour en faire notre réponse à la Parole donnée.

La journée du samedi : Avant d'entrer dans une nouvelle semaine (qui commence, pour les chrétiens, le samedi soir), nous vous proposons de prendre le temps aujourd'hui de ressaisir ce qui a été votre « nourriture » de la Parole de Dieu reçue cette semaine.

[Retour en haut de page](#)



Pour la Lectio du samedi, vous pouvez soit reprendre un des textes bibliques proposés durant la semaine, soit éventuellement reprendre les versets de l'Ecriture Sainte que vous aurez glanés au long des lectio de ces derniers jours et que vous aurez pu noter. Cela vous permettra de déployer la **quatrième étape** de la pédagogie divine qu'est

la Lectio Divina : la **Contemplation** (cf. pages sur la [pédagogie de la lectio divina](#) ).

Cela nous permettra enfin de vivre cette journée de lectio dans le rayonnement de la prière de la Bienheureuse Vierge Marie, qui, docile à l'action en elle de l'Esprit-Saint, « conservait avec soin toutes ces choses, les méditant en son cœur » (cf. Lc 2,19 et 51).



### **Livres sur la Lectio Divina**

**Christophe de DREUILLE.** *Nourris-toi de la Parole, Invitation à la Lectio Divina quotidienne* Parole et Silence, 2009 (découvrir le livre [en cliquant ici](#)).

**Enzo BIANCHI.** *Ecouter la Parole. Les enjeux de la lectio divina.* Lessius 2006

**Joseph-Marie VERLINDE.** *Initiation à la lectio divina* Parole et Silence 2002

**GUIGUES LE CHARTREUX.** *L'échelle du paradis* (prés. et trad. de Philippe BAUD). Parole et Silence 1999

**Paul BEAUCHAMP.** *Parler d'Écritures saintes* Seuil 1987

De nombreux ouvrages du **Cardinal Carlo Maria MARTINI**, chez plusieurs éditeurs.



### **Livres utilisés pour les références patristiques des feuilles hebdomadaires**

**E. de SOLMS et Cl. JEAN-NESMY.** *Bible chrétienne* (5 coffrets), Editions Anne SIGIER

La collection **SOURCES CHRÉTIENNE**, au Cerf.

La collection **LES PÈRES DANS LA FOI**, Migne

La **Liturgie des Heures** – textes proposés pour l'office des lectures



Pour les sites web, consulter la page des [sites conseillés](#).

[Retour en haut de page](#)