

Comment prier avec la Bible ?



Dans la vie courante, nous passons parfois du temps à contempler un paysage, une œuvre d'art... Aujourd'hui nous vous proposons de contempler une scène de la Bible, et d'en faire le cœur de sa prière. Une méthode éprouvée, en 3 étapes !

Choisir un texte adapté

Il y a différentes manières de prier, mais dans celle-ci, il s'agit de contempler des personnages et de se laisser toucher au fil de ce que nous percevons. Cette manière de prier convient donc aux scènes où il y a des personnages à voir et à entendre.



L'évangile de Marc présente de nombreuses scènes très vivantes, dans lesquelles on peut suivre Jésus de Nazareth depuis le jour de son baptême

jusqu'à sa Pâque... Ce peut être une bonne idée que de débiter une expérience de prière régulière avec un tel évangile !

1 – Entrer en prière

Par un signe de croix, une inclination, ou tout autre manière, je salue le Seigneur que je m'appête à rencontrer durant ce temps.

Puis, à partir des éléments indiqués dans le passage de la Bible choisi, **j'imagine le lieu où la scène se passe** : je regarde l'étendue de la terre ou de la mer, les rues d'une ville ou les chemins sur une montagne, je sens l'air chaud et sec, ou le frais d'une nuit tombante... *Si jamais une pensée m'emporte à un moment loin de la prière, je pourrai revenir à ce lieu.*

Puis **je demande au Seigneur quelque chose que je désire** profondément. Je peux par exemple lui faire part de mon désir de mieux connaître le Christ, de me rapprocher de lui...

2 – Prier

Prier, ici, ce sera non pas parler à Dieu, mais prendre le temps de **contempler** ce qu'il se passe et me laisser instruire, surprendre, toucher...

• Voir les personnages

Essayer de voir qui ils sont (ils ont un nom, une histoire, un tempérament, une souffrance ou une demande, une intention...).

Les contempler, non comme une collection de pieuses photos, ou une histoire imaginaire, mais comme une aventure d'hommes et de femmes qui me ressemblent.

M'approcher des personnages, essayer de percevoir ce que chacun a ressenti auprès de Jésus ; et observer Jésus aussi. Me demander : qu'est-ce qui habite chacun à cet instant ?

• Écouter ce qu'ils disent

Entendre les paroles échangées comme si j'étais là ; sentir le ton, l'intention.

Peser ce que les paroles prononcées révèlent de chacun des personnages. *Est-ce que telle ou telle parole me fait quelque chose ?*

• Regarder ce qu'ils font

S'attacher aux gestes, attitudes, actions et réactions : voir les verbes qui sont utilisés. Ces actes sont ceux de Dieu, ou d'un être humain comme moi à l'égard de Dieu. *Y a-t-il un geste qui me touche, qui me scandalise, qui me bouleverse ?*

- **Réfléchir et tirer profit**

Si un aspect me touche, je m'arrête un instant, autant qu'il le faut, fût-ce le temps de la prière en entier. *« Ce n'est pas d'en savoir beaucoup qui rassasie l'âme, nous dit St Ignace, mais de goûter les choses intérieurement. »*

Après chacune des étapes, ou à la fin, je prends conscience de ce que la vue des personnages, l'écoute des paroles ou l'attention à leurs gestes auront produit en moi.

3. Finir la prière

A la fin du temps de prière, je prends le temps de parler avec le Seigneur. Je peux lui partager ce qui m'a touché(e) ; ou bien comment tel élément a fait écho à quelque chose de ma vie et l'a peut-être éclairé d'un jour nouveau ; ou bien le visage de quelqu'un m'est revenu pendant la prière et je veux en dire quelque chose au Seigneur... *Je lui parle comme un ami parle à un ami. (St Ignace)*

En communion avec tous ceux qui par le monde cherchent Dieu comme moi je le cherche, je termine ce temps en disant un Notre Père ou une autre prière.