

Les 4 étapes de la *lectio divina*

La *lectio divina* constitue un véritable itinéraire spirituel par étapes. De la *lectio*, qui consiste à lire et relire un passage de l'Écriture Sainte en en recueillant les principaux éléments, on passe à la *meditatio*, qui est comme un temps d'arrêt intérieur, où l'âme se tourne vers Dieu en cherchant à comprendre ce que sa parole dit aujourd'hui pour la vie concrète. Vient ensuite *l'oratio*, qui nous permet de nous entretenir avec Dieu dans un dialogue direct, et qui nous conduit enfin à la *contemplatio* ; celle-ci nous aide à maintenir notre cœur attentif à la présence du Christ, dont la parole est une « *lampe brillant dans l'obscurité, jusqu'à ce que paraisse le jour et que l'étoile du matin se lève dans nos cœurs* » (2 P 1, 19).

Benoît XVI, le 22 juin 2006

1. La « *lectio* »

Cette simple, mais attentive, lente et dense lecture, est déjà une présence divine, vérité révélée en Jésus-Christ. Cette lecture n'est en réalité pas si facile à faire. Elle demande silence, disponibilité, gratuité et attention, si elle ne veut pas être superficielle et si elle veut nous conduire à la contemplation. Il faut apprendre à ne pas passer trop rapidement par dessus cette première étape de la pédagogie divine de la *lectio divina*.

Voilà pourquoi **chaque lecture doit se faire calmement**, paisiblement, sans hâte, sans ce désir de savoir qui dénote une recherche critique, un travail humain qui veut percer une réalité qui se présente et que l'on veut comprendre, posséder. **La « *lectio* » est une ouverture, elle n'est pas une conquête.** Aussi ne la fait-on bien que si on lit en laissant dès le début à l'Esprit de Dieu, la liberté de nous éclairer comme il veut, de nous faire voir ce qu'il veut nous faire contempler, de nous faire désirer à cette lumière ce qui deviendra prière, appel, offrande et abandon à l'amour ; cet amour qui se révèle en se communiquant et qui transforme en éclairant.

En lisant ces textes, et en les relisant une deuxième ou une troisième fois, **en les « ruminant », peut-être en les écrivant**, certains passages attirent l'attention intérieure de celui qui les lit ; déjà s'établit comme un attrait, un dialogue entre la Parole qui se manifeste et celui qui veut la comprendre et la suivre. Ce qui suppose, en lisant, une ouverture toujours plus grande à l'Esprit qui nous guide et illumine le texte. Il faut simplement accepter d'être éclairé et guidé.

2. La « meditatio »

C'est à partir de la *lectio* que se fait la *meditatio*. **Il est bon d'éviter un raisonnement sur les textes** et de ne pas chercher trop rapidement des applications à partir des textes médités. **Cette *meditatio* doit être prudente. Elle ne doit pas nous fixer sur nous-mêmes, elle ne peut que nous fixer sur Dieu** ; elle ne peut être œuvre humaine, étude, analyse ; elle doit rester accueil et ouverture. **Elle est un désir d'intelligence et de vision.** Elle mène vers une adhésion priante et favorise une contemplation toujours plus unifiée et plus complète du mystère de Dieu, selon ses vues. **C'est une étape délicate.** En effet, la « *meditatio* » pourrait se faire facilement introspective, cherchant des applications concrètes immédiates, personnelles et même apostoliques, ce qui diminue fort le champ de vision et empêche de voir la grandeur et l'ampleur du mystère contemplé, de la lecture faite, de la Parole entendue, écoutée. **Toute Parole de l'Écriture ne peut avoir en tout temps un point d'application concrète.**

La méditation peut se nourrir avec profit de la « symphonie de l'Écriture », un texte biblique pouvant être éclairé par d'autres ; elle se nourrit aussi du trésor de la tradition chrétienne qui a déjà reçu avec fruit cette Parole de Dieu.

On peut également s'appuyer sur les informations que l'on trouve en notes dans une Bible bien commentée, lorsque celles-ci éclairent le sens du texte. C'est après la *lectio divina* qu'on doit lire ces informations, et non pendant le temps de prière de la Parole. L'étude exégétique du texte sacré aidera d'autant mieux la *lectio divina* qu'elle souligne son importance dans l'Histoire du Salut, informe au sujet de son destinataire, donne la structure du texte et explique sa portée.

Une telle étude peut être priante ; elle le sera d'autant plus que la *lectio divina* bien faite a précédé l'étude. Cette dernière est d'autant plus riche qu'un texte a été souvent objet de *lectio divina*.

Remarquons enfin qu'une « *meditatio* » peut être d'autant plus fructueuse que le fruit de sa réflexion a été noté. Tel texte sera noté parce que mieux compris, tel autre sera retenu et noté qui a offert une occasion de prière. Quand la prière devient simple, elle se fait « litannique », en ce cas elle peut très bien être mise par écrit ; elle sera répétée après.

3. L' « oratio »

La prière est formulée par rapport aux textes qui la nourrissent. Peu à peu, on s'habitue à transformer les textes en prières courtes, en invocations simples, en brèves paroles qu'on répète intérieurement ; elles soutiennent une prière plus profonde. On peut y donner un temps assez long ; on peut aussi la reprendre dans les temps libres, dans un temps d'adoration eucharistique ou une prière plus prolongée, paisible et détendue. **Elle mène à la *contemplatio*.**

Devant la grandeur de Dieu et l'infinie bonté de son amour, cette *oratio* dépasse la foi en la vérité révélée pour devenir adhésion à l'amour divin, abandon à sa miséricorde, confiance en cette bonté infinie du Père qui envoie son Fils et nous donne l'Esprit. **Ce mouvement change la réflexion en une adoration où tout l'homme s'oublie pour ne plus fixer que la Source de toute bonté, le Dieu très saint, fort et immortel, le Dieu qui est amour infini et éternel.**

Le croyant simplifie son adhésion à Dieu par un Amen filial que l'Esprit Saint forme en lui, unissant son cœur au Cœur du Christ ; **ajustant sa propre attitude à la disposition intérieure du Christ** (cf. Ph 2), en suscitant le désir de suivre le Christ sur les voies de l'amour, en se mettant avec lui comme coopérateur de Dieu, sauveur avec le Christ Sauveur, acceptant l'ensevelissement avec le Christ pour ressusciter avec son Seigneur.

Telle sera l'aspiration que le cœur formule avec des mots simples, le plus souvent dans un silence qui accepte tout ce qui dépasse l'entendement et où l'intelligence humaine ne peut plus comprendre, tant est immense le mystère de la lumière divine.

La prière du cœur est un élan de l'âme, un mouvement d'admiration devant la grandeur, la beauté du mystère révélé. Dieu est grand ! Dieu est beau ! Dieu est bon ! La prière s'exprime en vivant ce mystère de grandeur et de beauté divines dans lequel tout homme se situe à la lumière de Dieu, à la lumière de la révélation.

Cette prière, nourrie de la Parole de Dieu, peut prendre tous les accents de la prière biblique exprimée dans les Psaumes et cantiques de l'Ancien comme du Nouveau Testament : adoration, louange, confiance, action de grâces, demande de conversion et de pardon, supplication.

4. La « contemplatio »

Dans le silence de Dieu, l'homme mesure la plénitude de vie qui lui est réservée. Il s'apaise, il se pacifie ; son regard s'illumine dans la lumière éternelle et son cœur s'attache aux biens qui ne passent plus : ici, *l'oratio*, la prière filiale, devient contemplation divine. **L'homme adhère de tout son cœur à Celui qui l'a créé,** il se donne tout entier à Celui qui s'est livré pour le sauver, il se consacre à Celui qui dans un appel éternel, l'a appelé de son nom et l'a consacré pour être à Lui à jamais.

La *contemplatio* dépasse tout effort par un acte d'adhésion à Dieu dans la foi à son Amour ; elle devient espérance en sa miséricorde, elle s'étend en charité pour aimer tout ce que Dieu aime et reporter tout à Lui. On aime pour Dieu, à cause de Lui, comme Lui, par amour de Dieu et amour des hommes. La contemplation fixe dès maintenant tout l'être en Dieu ; elle permet à l'homme d'être par sa seule présence le témoin de Dieu, l'instrument de sa bonté, le signe de sa charité.

A l'expérience, nous constatons que la *contemplatio* connaît cette ardeur qui est un don gratuit, une intervention de Dieu, souvent inattendue, qu'elle prend en nous une forme spontanée qui n'est pas l'effet d'un effort, d'une activité propre, le résultat d'une générosité ; **elle est un don gratuit de Dieu qui nous unit à Lui,** demeure en nous et nous fait demeurer en Lui. Ce don nous fait sentir une présence d'amour qui est vie, force, ardeur, chaleur, feu consumant, purifiant, flamme d'amour. C'est là l'effet de l'action de l'Esprit. Le « *Veni Creator* », dont sont prises ces paroles, forme un petit trait d'union à Dieu et d'expérience spirituelle que la contemplation expérimente et atteste toujours à nouveau.

Ce qui importe avant tout, c'est de situer la *contemplatio* au centre même de ce qu'elle est. **La *contemplatio* est repos en Dieu.** Elle est « repos », parce qu'elle unifie intérieurement ; elle fixe toute l'attention sur la présence, l'action de Dieu en nous, elle nous centre sur Dieu qui demeure en nous et de ce fait, nous permet de demeurer en Lui. Père et Fils font en nous leur demeure. Ils viendront en nous, si nous suivons, si nous observons leurs commandements, c'est-à-dire leur inspiration, leur Esprit.

Ce repos en Dieu est une transformation intérieure ; il nous permet d'être tout à Dieu ; il est don de Dieu, présence d'amour. L'ardeur qui nous révèle cette présence peut être momentanée, elle peut nous surprendre, elle est signe de

l'action de Dieu, elle n'est pas l'action elle-même de Dieu en nous. Dieu nous transforme par assimilation ; il nous rend semblables à Lui : quand nous le verrons, nous verrons que nous sommes semblables à lui. Il fallait être contemplatif comme Jean pour écrire ces paroles si simples et si profondes.

C'est dans ce repos que prend place l'adoration. Adorer, c'est reconnaître la grandeur de Dieu, sa beauté, son amour. **C'est louer sa majesté, l'ampleur de ses dons, c'est professer que nous sommes de lui, en lui, par lui**, c'est témoigner de lui et lui rendre hommage, en lui remettant tout ce que nous sommes, tout ce que nous avons reçu, le monde qui nous est uni comme nous lui sommes unis par volonté divine ; l'adoration est offrande et action de grâces ; elle vit l'amour, don de Dieu qui nous permet de l'aimer lui seul, lui toujours plus.

L'adoration est la plus haute prière, la prière parfaite, celle des anges et des élus, celle de ceux qui voient Dieu. Et nous le voyons déjà dans la foi, une foi illuminée qui s'éclaire quand elle est vision d'amour, échange d'amour. Adoration parfaite parce que filiale, prière de Jésus qui, pauvre, a tout reçu et tout remis en un seul amour, qui, obéissant, n'a rien fait que la volonté du Père, être sa Parole, faire ses œuvres, manifester son amour, donner sa gloire.

(5). De la *lectio divina* à l'action et au témoignage

N'oublions pas, tout d'abord, que le fruit de toute prière n'est pas fait pour être donné dans la prière elle-même mais dans nos engagements que la prière vient ainsi illuminer.

La contemplation transfigure l'apôtre, elle approfondit sa parole pour en faire une Parole de Dieu ; elle transforme ses gestes pour y manifester les traits du Verbe incarné.

La *lectio divina*, faite régulièrement, avec générosité, prolongée en un mouvement d'abandon et d'émerveillement, donne peu à peu une vision des choses divines qui nous permet non seulement de discerner les voies de Dieu, de connaître le mystère de salut, mais qui nous fait entrer dans la lumière divine. Cette lumière divine unit en illuminant, éclaire en ramenant tout à la source de toute vie, simplifie en unissant tout dans Celui qui est le Verbe éternel

du Père et attire tout dans Celui qui est Amour, qui seul est digne d'être aimé au dessus de tout et pour toujours.

L'action constitue moins un échelon supplémentaire, un cinquième échelon, de l'échelle sainte qu'une autre manière de mettre en œuvre cette même pédagogie divine. Sa progression à laquelle nous habitue la *lectio divina* vécue régulièrement a une correspondance étroite avec la manière dont nous pourrions, ainsi que le recommande saint Pierre, « rendre témoignage de l'espérance qui est en nous ». La *lectio divina* nourrit donc notre manière d'être témoins de la Bonne Nouvelle.

– **Le premier échelon, la « lectio », trouve son correspondant dans l'importance qu'il y a, lors de nos rencontres, à l'accueil de l'autre avec la même disponibilité que nous apprenons pour l'accueil de la Parole de Dieu.** Entrer dans une véritable écoute qui libère la parole de l'autre et qui souvent, nous en faisons l'expérience, lui permet de formuler alors ce dont la personne elle-même n'avait même pas conscience. C'est parfois l'étape la plus décisive dans la rencontre pastorale, dans le témoignage que de permettre l'accession à la parole. Nous en trouvons une superbe expression dans la rencontre emblématique de Jésus avec la Samaritaine en Jn 4.

– **Au second échelon, la « meditatio », correspond, dans l'ordre du témoignage, le lien que nous pouvons faire entre ce qu'exprime la personne rencontrée et ce que révèle la Parole de Dieu.** Aider ainsi l'autre à entrer dans un cheminement.

Bibliographie

Les textes ci-dessus sont tirés du site : lectiodivina.catholique.fr

Enzo BIANCHI, *Prier la Parole. Une introduction à la Lectio divina*, Édition Abbaye de Bellefontaine (coll. « Vie Monastique », n°15), 1996, 124 pages.

Joseph-Marie VERLINDE, *Initiation à la lectio divina*, Paris, Parole et Silence, 2002, 238 pages.

Saint Thomas D'AQUIN a réalisé un commentaire suivi des quatre évangiles, verset par verset, à partir de citations des Pères de l'Église : bit.ly/CatenaAurea

Retrouvez ce livret dans la partie « Ressources » de notre site : carmesdumidi.org

Selon une ancienne tradition, on peut distinguer **deux sens de l'Écriture : le sens littéral et le sens spirituel, ce dernier étant subdivisé en sens allégorique, moral et anagogique**. La concordance profonde des quatre sens assure toute sa richesse à la lecture vivante de l'Écriture dans l'Église :

Le sens littéral. C'est le sens signifié par les paroles de l'Écriture et découvert par l'exégèse qui suit les règles de la juste interprétation. « Tous les sens de la Sainte Écriture trouvent leur appui dans le sens littéral » (Thomas d'Aquin).

Le sens spirituel. Grâce à l'unité du dessein de Dieu, non seulement le texte de l'Écriture, mais aussi les réalités et les événements dont il parle peuvent être des signes.

Le sens allégorique. Nous pouvons acquérir une compréhension plus profonde des événements en reconnaissant leur signification dans le Christ ; ainsi, la traversée de la Mer Rouge est un signe de la victoire du Christ, et ainsi du Baptême (cf. 1Co 10,2).

Le sens moral. Les événements rapportés dans l'Écriture peuvent nous conduire à un agir juste. Elles ont été écrites « pour notre instruction » (1Co 10,11 ; He 3-4,11).

Le sens anagogique. Nous pouvons voir des réalités et des événements dans leur signification éternelle, nous conduisant (en grec : *anagogè*) vers notre Patrie. Ainsi, l'Église sur terre est signe de la Jérusalem céleste (cf. Ap 21, 1 – 22, 5).

Un distique médiéval résume la signification des quatre sens : **le sens littéral** enseigne les événements, **l'allégorie** ce qu'il faut croire, **le sens moral** ce qu'il faut faire, **l'anagogie** vers quoi il faut tendre (Augustin de Dace).

Thérèse d'Avila, Vie (40,1)

Un jour où j'étais en oraison, (...) je fus saisie d'un ravissement tel que je ne puis décrire l'état de mon esprit. (...) On me fit comprendre une vérité qui est la consommation de toutes les vérités ; je ne puis dire comment, car je ne vis rien. Voici ce qui me fut dit sans que je visse qui me parlait, mais je compris que c'était la Vérité elle-même : « Ce que je fais ici pour toi n'est pas rien, c'est même l'une des choses dont tu m'es le plus redevable, car **tout le malheur du monde vient de ne pas connaître clairement les vérités de l'Écriture, dont pas un accent ne passera.** » Il me sembla l'avoir toujours pensé et que tous les fidèles le croyaient. On me dit : « **Hélas, ma fille, combien rares sont ceux qui m'aiment vraiment ! S'ils m'aimaient, je ne leur cacherais pas mes secrets.** Sais-tu ce que c'est que m'aimer vraiment ? C'est entendre que tout ce qui ne m'est pas agréable est mensonge. »

Origène, *Sur Josué*, 20, 1-2, dans *Sources Chrétiennes* n°70 (p. 406-414)

S'il y a dans l'Écriture des choses que nous ne pouvons pas maintenant saisir, nous devons espérer qu'en devenant meilleurs nous pourrions comprendre (...). Cependant je signale ceci : **quand la lecture de la parole divine parvient à nos oreilles, même si elle nous paraît obscure, elle n'est pas de peu de profit pour notre âme.** (...) Car l'Apôtre l'a dit : il peut se faire que l'Esprit qui est en nous prie, tandis que notre intelligence est sans fruit. Si donc il t'arrive de ne pas comprendre l'Écriture de la Loi, s'il te paraît que le sens est obscur, reçois donc ce premier bienfait : que par cette seule audition, comme par une incantation, le venin des puissances mauvaises qui t'assiègent est chassé. Prends garde seulement de ne pas devenir comme « la vipère sourde qui se bouche les oreilles pour ne pas entendre la voix du sage qui sagement l'enchanter » (Ps 58,5-6).

Nous disons cela pour qu'en écoutant les Écritures, nous n'en éprouvions pas de lassitude, même si nous ne comprenons pas : mais « qu'il nous soit fait selon notre foi » (Mt 9,29), car nous sommes convaincus que « **toute Écriture divinement inspirée est utile** » (2Tm 3,16). **Et même si nous ne comprenons pas dès maintenant son utilité, nous avons la certitude qu'elle est utile.** Les médecins ont l'habitude d'ordonner des aliments ou des boissons, par exemple pour dissiper l'obscurcissement de la vue ; et au moment où nous prenons cet aliment ou cette boisson nous ne sentons pas qu'ils soient utiles ni qu'ils améliorent notre vue ; mais au bout de deux ou trois jours, le temps venu, la vertu de ce régime passe par les secrètes communications de notre organisme et purifie peu à peu la vue ; et alors enfin nous commençons à comprendre que cette boisson et cet aliment font du bien à nos yeux. On pourrait en dire autant des autres parties du corps. D'une manière analogue, **il faut croire de l'Écriture sainte qu'elle est utile et qu'elle fait du bien à l'âme, même si notre intelligence n'en saisit pas la signification.**

Jean-Paul II, *Novo Millennio ineunte* (n°39)

Il n'y a pas de doute que **ce primat de la sainteté et de la prière n'est concevable qu'à partir d'une écoute renouvelée de la parole de Dieu.** (...) Chers frères et sœurs, il faut consolider et approfondir cette perspective, en diffusant aussi le livre de la Bible dans les familles. **Il est nécessaire, en particulier, que l'écoute de la Parole devienne une rencontre vitale,** selon l'antique et toujours actuelle tradition de la *lectio divina*, permettant de puiser dans le texte biblique la parole vivante qui interpelle, qui oriente, **qui façonne l'existence.**