



## Contemplation guidée

⇒ Cette forme de prière peut être utilisée pour aider à entrer dans la pédagogie de la Contemplation. Il revient donc à celui qui conduit la prière de donner au préalable quelques explications sur cette forme de prière, sur le déroulement et sur les modalités du partage de la prière qui sera proposé.

Les formulations proposées ici peuvent aider celui qui conduit la prière. L'animateur choisit de les utiliser telles qu'elles, ou trouve ses propres expressions. Il peut aussi ne proposer qu'une partie de la contemplation.

### • Entrée en prière

Eventuellement, avoir prévu une "composition de lieu" (icône, bougie, bible) en harmonie avec le texte qui va être contemplé.

Inviter le groupe à prendre le temps de se rendre présent au Seigneur qui nous convoque à cette prière ensemble. Prendre une position propice à la prière. Possibilité d'ouvrir la prière par un signe de Croix ou un très court refrain.

#### \* Mise en présence

« Seigneur Jésus, répondant à ton appel, nous T'offrons cet espace de notre journée et nous désirons nous rendre totalement présents à Ta présence. Chacun de nous peut l'exprimer dans le secret de son cœur ou le signifier par un geste ».

*Laisser un court temps pour que le groupe entre dans cette attitude.*

#### \* Prière préparatoire

« Seigneur, que Ta grâce fasse son chemin en notre cœur. Qu'elle mobilise notre intelligence, notre imagination, notre mémoire, notre liberté, notre volonté, tout notre être, afin qu'il soit totalement "ordonné" (disponible pour...) à Ton service et à Ta louange ».

*Court temps de silence.*

#### \* Composition de lieu

« Nous sommes invités, maintenant, à "convoquer" notre imagination, à l'associer à ce temps de prière afin qu'elle nous aide à dresser le décor évangélique et à y prendre notre place ».

⇒ L'animateur, suivant le texte, peut faire de très succinctes suggestions.

#### \* Demande de grâce

« Chacun de nous, dans le secret de sa relation au Christ, est invité à Lui formuler ce qu'il veut et désire pour progresser dans sa relation avec Lui ».

*Temps de silence.*

### • Chemin de contemplation de la scène évangélique

#### \* Lecture du texte<sup>1</sup>

Inviter chacun à écouter le texte sans le lire simultanément.

#### \* Voir

<sup>1</sup> On aura pris soin au préalable de choisir le lecteur et d'indiquer à tout le groupe la référence exacte du texte, afin que chacun puisse la retrouver pour sa prière personnelle. Pour la lecture, inviter plutôt à entendre le texte sans le lire.

- « Dans un premier temps, nous sommes invités à parcourir le texte en portant notre attention sur les personnages, repérer qui ils sont, contempler en détail tout ce qui les concerne. Aller de ce qui se voit à ce qui se devine.... Du visible à l'invisible ».
- « Se laisser toucher par ce que l'on voit, découvre, et tenter d'en tirer profit pour soi ».

*3 ou 4 minutes de silence pour la prière personnelle.*

- **Invitation au partage** : <sup>2</sup>

« Ceux et celles qui le désirent, peuvent maintenant exprimer ce qui a retenu leur prière ».

- Temps d'expression personnelle.

\* **Ecouter**

- « Maintenant, nous sommes invités à relire le texte en portant attention à ce que disent les personnages, aux dialogues. Goûter ce que l'on entend et laisser ces paroles descendre en nous et faire leur œuvre ».
- « Retenir la/les parole(s) qui nous touche(nt) et nous interpelle(nt) ».

*3 ou 4 minutes de silence pour la prière personnelle.*

- **Invitation au partage** :

« Dans ce "tour" d'expression, ceux et celles qui le désirent, peuvent faire partager à tout le groupe, le mot, l'expression qui les a touchés ».

- Temps d'expression personnelle.

\* **Considérer**

- « En parcourant à nouveau le texte, nous allons regarder les attitudes des personnages, contempler ce qu'ils font, leurs actes, leurs mouvements, tenter de percevoir ce qui les motive, les mobilise ».
- « Réfléchir à ce que l'on remarque et en tirer profit pour soi ».

*3 ou 4 minutes de silence pour la prière personnelle.*

- **Invitation au partage** :

« Ceux qui le désirent, peuvent partager quelque chose de leur découverte, de leur prière ».

- Temps d'expression personnelle.

• **Conclusion de la prière**

\* **Dialogue personnel avec le Christ**

« A partir de ce que nous avons découvert, de ce qui nous a touchés dans le texte, de ce que nous avons goûté, chacun de nous est invité à entrer dans un dialogue très personnel avec le Christ, à Lui exprimer ce qu'il ressent, ce qu'il désire. C'est le temps, dans le silence de notre cœur, de laisser jaillir ce que l'Esprit suscite en nous ».

*Temps de silence pour la prière personnelle.*

\* **Ouverture à la dimension ecclésiale**

« Avec Jésus, dans l'Esprit, parce que fils dans l'Unique Fils, en communion avec tous nos frères les hommes, tournons-nous vers Celui que nous pouvons appeler Père, et disons ensemble » :

**Notre Père.....**

**Car c'est à Toi qu'appartiennent.....**

<sup>2</sup> Pour que ce temps se passe au mieux, il est utile, au préalable, d'avoir donné des règles précises sur le mode d'expression : bref et le plus possible près du texte, sans tenter de commenter ou de justifier son choix