

DÉROULEMENT de la LECTIO

<https://us02web.zoom.us/j/89943311054>

ID de réunion : 899 4331 1054

1. Mise en route

- On se signe de la croix
- En silence on prend un court instant pour accueillir Dieu et se laisser accueillir par Dieu notre Père
- On fait une prière à l'Esprit-Saint

2. Lecture : À haute voix par une personne désignée dans le groupe.

3. Méditation:(temps d'intériorisation individuel)

Voici le déroulement proposé pour le temps de méditation individuel d'une durée de 15 minutes:

Lire à haute voix. La lecture se fait par l'écoute



Goûter au texte en entier (arrêt à 2 places ou + pendant la lecture)

C'est l'Esprit-Saint qui guide ta méditation. Tu arrêtes là où l'Esprit veut. Doucement, tu fais descendre dans ton cœur ce mot sur lequel tu viens de t'arrêter, sans commentaire, juste le goûter. Tu continues à lire le texte jusqu'à la fin. L'Esprit-Saint te fera arrêter le nombre de fois qu'Il voudra. Il s'agit de goûter la Parole et de la graver dans la mémoire de ton cœur.

Relire pour la 3^{ème} fois le texte et continuer à le goûter et à imprimer la Parole dans ton cœur.

Choisir un seul mot ou une courte phrase (1choix)

Répète lentement, plusieurs fois (10,20,30 fois) le mot ou la courte phrase choisie.

Laisse-la descendre dans ton cœur... Dieu te parle à travers Jésus. ...Tu parles à Dieu

Prière:

Une fois que tu as terminé de parler avec Dieu. Tu fais une courte prière à Dieu.

Voici quelques exemples de prière :

- Je te remercie pour la lumière (nommer la lumière reçue) car je ne savais plus trop quoi faire dans cette situation.
- Je te remercie pour la paix que tu me donnes et aide-moi à répandre cette paix autour de moi.
- Je te demande de l'aide pour (nomme l'aide). Je te remercie Seigneur pour ce que tu vas faire...

4. Contemplation (environ 5 minutes)

Il s'agit de demeurer en présence de communion avec Dieu. (Ne discute plus).

Contemple ce que Dieu t'a donné. Le silence avec Dieu est le langage de l'amour.

Écouter. Tiens ton âme égale et silencieuse. Te laisser envahir par le silence de l'Amour.

Bonne lectio !

5. Temps de partage pour ceux et celles qui désirent poursuivre

TEXTE POUR LA LECTIO DU 5 FÉVRIER

(Mc 1, 29-39)

Évangile de Jésus Christ selon saint Marc

En ce temps-là, aussitôt sortis de la synagogue de Capharnaüm, Jésus et ses disciples allèrent, avec Jacques et Jean, dans la maison de Simon et d'André. Or, la belle-mère de Simon était au lit, elle avait de la fièvre. Aussitôt, on parla à Jésus de la malade. Jésus s'approcha, la saisit par la main et la fit lever. La fièvre la quitta, et elle les servait.

Le soir venu, après le coucher du soleil, on lui amenait tous ceux qui étaient atteints d'un mal ou possédés par des démons. La ville entière se pressait à la porte. Il guérit beaucoup de gens atteints de toutes sortes de maladies, et il expulsa beaucoup de démons ; il empêchait les démons de parler, parce qu'ils savaient, eux, qui il était.

Le lendemain, Jésus se leva, bien avant l'aube. Il sortit et se rendit dans un endroit désert, et là il priait. Simon et ceux qui étaient avec lui partirent à sa recherche. Ils le trouvent et lui disent : « Tout le monde te cherche. » Jésus leur dit : « Allons ailleurs, dans les villages voisins, afin que là aussi je proclame l'Évangile ; car c'est pour cela que je suis sorti. »

Et il parcourut toute la Galilée, proclamant l'Évangile dans leurs synagogues, et expulsant les démons.

– Acclamons la Parole de Dieu.