

Lectio Divina

Nous vous proposons un temps de médiation.

Déroulement proposé :

1. **Lectio** – première lecture ou écoute du texte biblique. Discerner quel(s) mot(s) résonnent particulièrement en vous. Prenez un temps de silence pour cela. Vous pouvez écrire, si vous désirez, votre mot sur un post-it jaune. Si vous êtes à plusieurs, vous pouvez échanger le mot que vous avez retenus.
2. **Meditatio** deuxième lecture du passage. Discerner ce que vous ressentez et remarquez dans ce passage. Prendre un temps de silence pour le faire. Si vous n'êtes pas seul et si vous le désirez, vous pouvez faire remonter un commentaire personnel libre en utilisant le « je ». Vous pouvez aussi laissez une trace en écrivant une pensée sur le post-it orange.
3. **Oratio** troisième lecture du passage. Discerner les sujets de prière en lien avec ce passage pour moi. Dans un temps de silence, si vous le désirez, vous pouvez faire remonter une brève prière. Si vous souhaitez laissez une prière vous le pouvez grâce au post-it vert.
4. **Contemplatio** dernière lecture du passage. Rester dans la présence du Christ, jouir de l'instant. Silence bref puis si vous le désirez, dites le Notre Père final

Jean 20, 15-18

Marie se tenait près du tombeau, dehors, et pleurait. Tandis qu'elle pleurait, elle se baissa pour regarder dans le tombeau ; elle vit deux anges en vêtements blancs assis à l'endroit où avait reposé le corps de Jésus, l'un à la place de la tête et l'autre à la place des pieds. Les anges lui demandèrent : « Pourquoi pleures-tu ? » Elle leur répondit : « On a enlevé mon Seigneur, et je ne sais pas où on l'a mis. » Cela dit, elle se retourna et vit Jésus qui se tenait là, mais sans se rendre compte que c'était lui. Jésus lui demanda : « Pourquoi pleures-tu ? Qui cherches-tu ? » Elle pensa que c'était le jardinier, c'est pourquoi elle lui dit : « Si c'est toi qui l'as emporté, dis-moi où tu l'as mis, et j'irai le reprendre. » Jésus lui dit : « Marie ! » Elle se tourna vers lui et lui dit en hébreu : « Rabbouni ! » — ce qui signifie « Maître » —. Jésus lui dit : « Ne me retiens pas, car je ne suis pas encore monté vers le Père. Mais va dire à mes frères que je monte vers mon Père qui est aussi votre Père, vers mon Dieu qui est aussi votre Dieu. » Alors, Marie de Magdala se rendit auprès des disciples et leur annonça : « J'ai vu le Seigneur ! » Et elle leur raconta ce qu'il lui avait dit.

