

10 JOURS POUR REVENIR À L'ESSENTIEL

PARCOURS DE MÉDITATION BIBLIQUE

Jour 8

Jeudi 19 mars 2020

J'INVOQUE LE SAINT-ESPRIT

avec le chant « Esprit de Dieu » de Samuel Olivier et Joël Andres
pour l'écouter sur Youtube <https://youtu.be/8kTer2GyXKQ>

Oui, nous voulons être un peuple embrasé,
L'Église que ton cœur attend.
Viens briser nos chaînes, détruis notre orgueil,
Seigneur, fais-le maintenant.
(x 2)

Notre Père, plein de bonté, nos cœurs à toi s'abandonnent.
Pour ce monde que tu as tant aimé, Seigneur, voici nos couronnes.

Esprit de Dieu, Esprit du Dieu vivant,
Souffle du nord, souffle du sud,
Souffle de l'est, souffle de l'ouest.
Esprit de Dieu, Esprit du Dieu vivant,
Souffle des quatre vents et descends sur nous.

Envoie ta puissance, rends-nous les témoins
D'un royaume qui se répand.
Fais brûler nos cœurs au sein des ténèbres
Comme un phare dans l'océan.
(x 2)

Notre Père, plein de bonté, Dieu de tendresse et de grâce,
Pour ce monde que tu as tant aimé, fais briller sur nous ta face.

Que ton règne vienne, ta volonté soit faite
Sur la terre comme au ciel, sur la terre comme au ciel.
(x 2)

JE FAIS SILENCE.

Et je fixe mon attention sur le Saint Esprit. Je laisse sa Présence m'envelopper,
m'éclairer, réchauffer mon cœur et me remplir de Paix.
Avant de passer à la prochaine étape, je ferme les yeux quelques instants et je
reste concentré sur cette Présence douce et bienveillante.



JE LIS LE TEXTE BIBLIQUE

Évangile de Jésus-Christ selon Luc 10,38-42

38 Comme Jésus était en chemin avec ses disciples, il entra dans un village, et une femme, nommée Marthe, le reçut dans sa maison. 39 Elle avait une sœur, nommée Marie, qui, s'étant assise aux pieds du Seigneur, écoutait sa parole. 40 Marthe, occupée à divers soins domestiques, survint et dit: Seigneur, cela ne te fait-il rien que ma sœur me laisse seule pour servir ? Dis-lui donc de m'aider. 41 Le Seigneur lui répondit: Marthe, Marthe, tu t'inquiètes et tu t'agites pour beaucoup de choses. 42 Une seule chose est nécessaire. Marie a choisi la bonne part, qui ne lui sera point ôtée.

JE REFLECHIS

Je me concentre sur le silence de Marie.
A aucun moment, elle n'ouvre la bouche.

C'est parce que « la Parole n'est reçue, et ne germe que dans le silence ». (introduction à la liturgie de Pomeyrol)

Je me laisse interpeller par ce silence de Marie.

Je réfléchis à l'importance d'un tel silence, au cœur d'un monde plein de bruits : bruits extérieurs (télé, radio, circulation des automobiles et autres nuisances sonores) et bruits intérieurs (pensées multiples qui nous assaillent)

L'invitation donnée par la règle des communautés est claire : « Maintiens en tout le silence intérieur pour demeurer en Christ ».



JE CONTEMPLER JESUS EN FAISANT DE NOUVEAU SILENCE

Comme Marie, tourné vers le Christ, je fais silence devant Lui.

J'entre dans le silence.

Je m'abandonne à Jésus dans le silence, le calme et la confiance.

Dans ce silence, je goûte et je vois combien le Seigneur est bon.

JE PRIE

Dieu qui aimes tout être humain,
nous voudrions vivre
une communion avec toi
jour après jour,
dans le silence et dans l'amour

(frère Roger de Taizé)

JE MEMORISE UN VERSET BIBLIQUE qui fait écho à la méditation du jour et qui va pouvoir m'accompagner durant toute la journée :

« Que toute créature fasse silence devant le Seigneur. »
(Zacharie 2.17)



UN EXERCICE POUR LA JOURNEE

Je prends aujourd'hui plusieurs moments de silence devant le Seigneur. Et je fais un jeûne de bruits ! C'est-à-dire que je parle moins, j'éteins la radio et la télévision (ou je la regarde moins que d'habitude), je m'abstiens des vidéos sur internet (à part celle que je viens de visualiser pour chanter !), etc... A travers cette recherche du silence, j'approfondis mon cœur à cœur avec Jésus.

COMMUNAUTE SAINT NICOLAS

6 Quai Saint Thomas

67000 STRASBOURG

Tél : 03 88 37 04 48

E-Mail : communaute-saint-nicolas@sfr.fr

Site web : www.communaute-saint-nicolas.fr



*Espace
Espérance*