

## Fiche technique : Contempler une scène biblique

### 1. Avant la rencontre :

- ❖ Choisir une scène biblique dans l'ancien ou le nouveau testament : de préférence un récit qui relate une rencontre. Les discours ne se prêtent pas vraiment à cette méthode de méditation.
- ❖ Vivre la contemplation entre accompagnateurs, puis travailler le texte pour se l'approprier.

### 2. Déroulement de la contemplation :

- ❖ *Créer les conditions de la contemplation :*
  - Choisir un lieu propice au recueillement et à la prière. Une chapelle, un oratoire, une salle avec un espace prière accueillant...
  - Inviter les personnes à choisir une position pour être bien (assis par terre avec des coussins, sur une chaise bien calée, à genoux avec un tabouret de méditation ...,
  - Puis les inviter à entrer dans le silence, faire le calme en elle.
- ❖ *Guider la contemplation :*
  - Débuter par le signe de croix, afin d'ouvrir son cœur à la présence aimante du Père, du Fils Jésus, et du Saint-Esprit, à ouvrir son cœur à la parole du Seigneur.
  - Lire lentement le texte, puis conduire l'animation lentement en ménageant des temps de silence entre chaque invitation.

L'accompagnateur dit : *Contempons cette scène avec notre imagination. Chacun y est présent* (silence).

Inviter les personnes à regarder tour à tour les différents personnages en les nommant : par exemple dire : *regarder les disciples, ou l'aveugle, que font-ils ? quelles sont leurs attitudes ? ...* (silence). Prendre le temps de faire cela pour chacun des personnages, ou des groupes de personnages.

Inviter ensuite les personnes à s'attarder-vous sur l'expression des visages (silence) , que révèle-t-elle ?

Faire de même pour les gestes des uns et des autres, que révèlent-ils ?

Puis prendre un peu de hauteur pour visualiser la scène dans son ensemble, et interroger *par quel personnage suis-je touché, pourquoi ?* (silence)

L'accompagnateur poursuit : *Maintenant écoutons et laissons résonner en nous, dans notre silence intérieur, les paroles qui sont échangées entre les différents personnages.*

Relire les paroles prononcées par les un ou l'autre des personnages, exemple :

*J'entends Jésus dire « La paix soit avec vous »* (silence) *« La paix soit avec vous »* (silence).

Faire de même avec l'ensemble des paroles échangées entre les personnages du texte. Demander ensuite aux participants de prendre le temps de réentendre personnellement les paroles (silence) et demander : *Laquelle de ces paroles me rejoint, me laisse touche.*

Après un temps de silence suffisant, poursuivre en disant : *Regardons ce que les actions et les attitudes des personnes laissent voir de leurs sentiments, de leurs mouvements intérieurs*

Pour terminer, inviter les personnes à regarder de nouveau l'ensemble de la scène, éventuellement relire l'ensemble du texte (silence) puis dire aux participants : *Après avoir contempler ce texte, après cette relecture, par quoi êtes-vous touchés, interpellés, geste, attitude, sentiment. ... Qu'est-ce que cela provoque en vous ? Qu'en diriez-vous ?*

❖ Clore cette contemplation par un chant de louange.

### **3. Partager les fruits de la contemplation**

Plusieurs possibilités pour partager en groupe:

- ❖ Par un échange spontané : chacun exprime ce qu'il souhaite de son temps de contemplation
- ❖ Par un échange à partir de questions par exemple en lien avec le sacrement vers lesquels les personnes cheminent
- ❖ Par une expression artistique : traduire avec ses mains ce qui a été ressenti, goûté ou retenu de cette contemplation. Mettre pour cela à disposition divers matériaux : pâte à modeler, terre, peinture, papiers déchirés, etc.