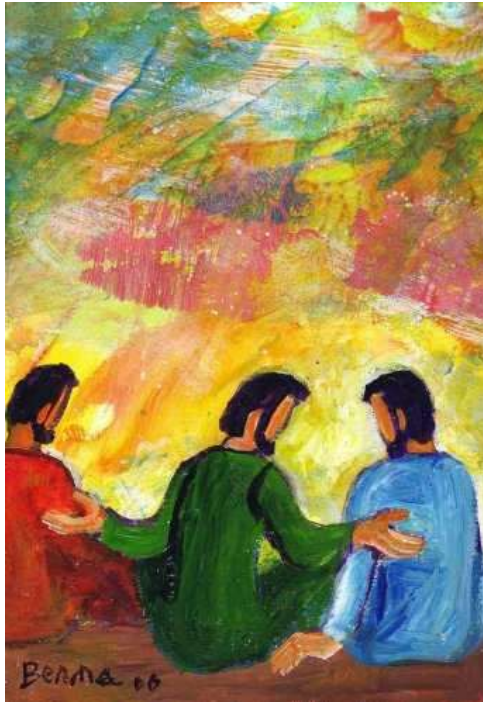


## Prier avec un texte biblique pour relire ma vie



Bernadette Lopez, <https://www.evangelie-et-peinture.org/>, / [www.bernalopez.org](http://www.bernalopez.org)

Les apôtres se réunissent auprès de Jésus et ils lui rapportèrent tout ce qu'ils avaient fait et tout ce qu'ils avaient enseigné. Il leur dit : « Vous autres, venez à l'écart dans un lieu désert et reposez-vous un peu. » Car il y avait beaucoup de monde qui venait et repartait, et eux n'avaient pas même le temps de manger. Ils partirent en barque vers un lieu désert, à l'écart.

(Marc 6, 30-32)

- **S'installer**

- ❖ Pour la durée choisie et dans un lieu propice au silence intérieur
- ❖ Je suis présent.e de tout mon être. Je visualise le trajet de l'air lorsque je respire.

- **Se mettre en présence.**

- ❖ Je me rends disponible au Seigneur, je me mets à son écoute. Le Seigneur est déjà là, il m'attend.
- ❖ Je peux prendre le chant : « Jésus me voici devant toi, tout simplement dans le silence. Rien n'est plus important pour moi que d'habiter en ta présence »  
(<https://www.youtube.com/watch?v=npYr-L2DpkM>)

- **Demander**

- ❖ Je demande au Seigneur la grâce d'oser lui raconter ce que j'ai vécu et d'entendre ce qu'il a à me dire.

- **Imaginer**

- ❖ Je m'imagine parmi les disciples qui racontent au Seigneur ce qu'ils ont vécu.

- **Laisser résonner**

- ❖ Je lis lentement le texte biblique, j'imagine la scène. Je demeure là où je ressens du goût. Je laisse un mot, une phrase, un instant de la scène, m'habiter.
- ❖ Je laisse résonner le texte avec ma vie :
  - Je fais mémoire de ce temps que je veux relire, des personnes que j'ai rencontrées, des paroles que nous avons échangées, des événements que j'ai vécus.
  - Je fais mémoire de ce que j'ai ressenti (joie, colère, peur, tristesse, paix, élan...).
  - Pour quoi est-ce que je peux rendre grâce ? Quels sont les lieux qui ont été porteurs de vie pour moi ou pour les autres ?
  - Quels ont été les lieux qui n'ont été porteurs de vie pour personne ? Puis-je les présenter au Seigneur pour qu'Il m'éclaire à ce sujet ?

- **Dialoguer**

- ❖ Je parle au Seigneur comme à un ami, je lui partage ce que j'ai vécu pendant ce temps de prière. Ce qu'il m'a donné de découvrir.

- **Conclure**

- ❖ Je conclus par un Notre Père ou une prière qui m'est chère

### ***Après le temps de prière***

Noter dans mon journal spirituel ce qui m'est venu dans la prière.