

Comment se nourrir de la Parole de Dieu ?

frère Ignace Domini, 23 février 2020

<https://fmnd.org/Formation/Verite-de-l-Ecriture-Sainte>

Plan :

Introduction	1
La joie de lire, écouter, comprendre, adhérer, mettre en pratique	1
Une question de motivation	2
Pourquoi ne nous nourrissons-nous pas plus de la Parole de Dieu ?	3
La démangeaison d'entendre du nouveau	3
La crise de l'exégèse.....	3
Ne pas écouter la Parole, c'est désobéir !	4
Comment se motiver pour dévorer la Parole de Dieu ?.....	4
Une nourriture nécessaire	5
Une source inépuisable	5
Une nourriture dynamiquement ajustée à nos besoins	5
Une nourriture efficace	6
La boîte à outil du chrétien bien nourri	6
La liturgie	7
Le chapelet.....	7
La <i>lectio divina</i>	8
Utiliser toutes nos facultés.....	8
Prier l'Esprit-Saint.....	8
D'autres moyens	9
Conclusion : la joie d'annoncer la Parole	9

Introduction

La joie de lire, écouter, comprendre, adhérer, mettre en pratique

Comment se nourrir de la Parole de Dieu ? Enfonçons d'abord une porte ouverte. *Se nourrir de la Parole de Dieu* ne veut pas dire *manger sa Bible*. Ce n'est pas bon. Et il sera difficile ensuite de s'en nourrir.

Nous pensons alors spontanément que l'on se nourrit de la Parole de Dieu **en la lisant**. Et si on ne sait pas lire ?

On se nourrit de la Parole de Dieu **en l'écouter**. Ecouter. Cela est très important¹. Cela implique une certaine passivité : je ne me nourris pas de la Parole de Dieu, mais je suis nourri par elle. Comme un enfant. Comme pour l'Eucharistie, je ne prends pas l'hostie, mais je la reçois, avec un infini respect, avec crainte révérencielle, en esprit d'adoration : de même je reçois la Parole de Dieu comme le Verbe Lui-même qui me nourrit. Et dans le fait d'écouter est présente la notion d'obéissance². Ainsi, quand nous lisons la Parole de Dieu seul, ne craignons pas de lire à voix haute. Ainsi, j'écoute la Parole.

Et quand vous lisez la Parole de Dieu pour les autres, lisez-la bien. Préparez votre lecture, articulez, mettez le ton. Par respect pour la Parole de Dieu³. Et puis pour que les gens **comprennent**. Rappelons-nous : après le retour d'exil, on avait retrouvé un livre de la Loi. « *Tout le peuple se mit debout. Esdras lisait un passage, puis les lévites traduisaient, donnaient le sens, et l'on pouvait **comprendre**.* » (Cf. Ne 8, 1-8) C'est la mission de l'homélie à la messe, inséparable de la proclamation de la Parole de Dieu le dimanche. Nous touchons là du doigt que le premier lieu où l'on se nourrit de la Parole de Dieu, où l'on est nourri par la Parole de Dieu, c'est la messe dominicale, la liturgie.

Ecouter, comprendre. Et puis ? Écoutons saint Jacques : « **mettez la Parole en pratique, ne vous contentez pas de l'écouter : ce serait vous faire illusion.** » (Jc 1, 22⁴) Jésus insiste lui aussi à la fin du Sermon sur la Montagne : « **celui celui qui entend de moi ces paroles sans les mettre en pratique est comparable à un homme insensé qui a construit sa maison sur le sable.** » (Mt 7, 26) Jésus nous donne notre grand et incomparable modèle : la Vierge Marie. « **Heureux ceux qui écoutent la parole de Dieu, et qui la gardent !** » (Lc 11, 28)

Ainsi, pour nous nourrir vraiment, la Parole doit entrer par nos oreilles plus que par nos yeux, être écoutée et comprise par notre intelligence, être obéie par la libre adhésion de notre cœur, puis être mise en pratique par nos mains, renouvelant notre manière d'agir et faisant éclater la joie⁵.

Une question de motivation

Comment se nourrir de la Parole de Dieu ? En fait, **nous savons bien**. La liturgie nous convie à la double table de la Parole et de l'Eucharistie. La prière du chapelet, la *lectio divina*, prolongent la liturgie. Beaucoup d'outils, connectés ou non, sont encore à notre disposition pour nous permettre de picorer à longueur de journée le pain de vie qui petit à petit nous nourrit, nous transforme, nous éduque, façonne nos vies, forme le Christ en nous.

Oui, nous savons **comment** abreuver notre âme à la source de la Parole de Dieu. Et pourtant, nous y puisons si peu. Combien d'âmes souffrent aujourd'hui de malnutrition spirituelle⁶, combien dépérissent assoiffées à côté de la source ! Pourquoi cela ?

¹ La Bible comporte 793 fois le verbe « manger », 73 fois le verbe « nourrir », 713 fois le verbe « écouter » et seulement 413 fois le verbe « aimer » (d'après la concordance de la TOB. Dans la Bible de Jérusalem, *manger* revient 769 fois, *aimer* 389 fois, *écouter* 627 fois et *nourrir* 77 fois).

² Du latin *oboedire*, dérivé de *audire*, « entendre ».

³ Saint Jérôme écrit : « *Je pense que l'Évangile est le Corps du Christ ; je pense que les Saintes Écritures sont son enseignement.* » Saint Jérôme, *In Psalmum*. 147 : CCL 78, 337-338, cité par Benoît XVI, Exhortation apostolique post-synodale *Verbum Domini* sur la Parole de Dieu dans la vie et dans la mission de l'Église, 30 septembre 2010, n. 56 (noté VD 56 dans la suite).

⁴ Jc 1, 23-25 : « *Car si quelqu'un écoute la Parole sans la mettre en pratique, il est comparable à un homme qui observe dans un miroir son visage tel qu'il est, et qui, aussitôt après, s'en va en oubliant comment il était. Au contraire, celui qui se penche sur la loi parfaite, celle de la liberté, et qui s'y tient, lui qui l'écoute non pour l'oublier, mais pour la mettre en pratique dans ses actes, celui-là sera heureux d'agir ainsi.* »

⁵ « *Ils pleuraient tous en entendant les paroles de la Loi. (...) Ce fut une très grande joie.* » (Ne 8, 9.17)

⁶ Cf. Am 8, 11 : « *Voici venir des jours – oracle du Seigneur Dieu –, où j'enverrai la famine sur la terre ; ce ne sera pas une faim de pain ni une soif d'eau, mais la faim et la soif d'entendre les paroles du Seigneur.* » Saint

Il me semble que c'est principalement **une question de motivation**. Nous avons perdu le goût de la Parole de Dieu. Nous n'avons pas envie ou pas le temps de nous en nourrir. Nous la délaissions. Notre Bible prend la poussière. Et si nous avons la vertu de l'ouvrir, bien vite nous nous ennuyons et nous la refermons, laissant la victoire au démon.

Analysons donc, si vous le voulez bien, les causes de notre démotivation, puis les moyens pour y remédier, avant de présenter brièvement quelques outils pratiques pour persévérer.

Pourquoi ne nous nourrissons-nous pas plus de la Parole de Dieu ?

Parce que nous n'en avons plus faim. Parce que nous en méconnaissons la valeur. On la relativise, on la désacralise pour finalement la délaissier comme une chose inutile.

Et le phénomène n'est pas nouveau. Dès la chapitre 6 des *Actes des apôtres*, les Douze convoquent les disciples afin de réagir : « *Il n'est pas bon que nous délaissions la parole de Dieu pour servir aux tables.* » (Ac 6, 2) A leur suite, l'Eglise rappelle régulièrement que « *pour nourrir et faire progresser sa vie spirituelle, [on] (l'évêque) doit toujours mettre à la première place la lecture et la méditation de la Parole de Dieu*⁷. »

D'où vient cette tendance à délaissier la Parole de Dieu ?

La démangeaison d'entendre du nouveau

Sans doute d'abord de la concupiscence, de l'orgueil qui excite notre curiosité et notre passion de nouveauté et qui fait dire à saint Paul : « *un temps viendra où les gens ne supporteront plus l'enseignement de la saine doctrine ; mais, au gré de leurs caprices, ils iront se chercher une foule de maîtres pour calmer leur démangeaison d'entendre du nouveau. Ils refuseront d'entendre la vérité pour se tourner vers des récits mythologiques.* » (2Tim 4, 3-4) La culture du provisoire ou du zapping et plus profondément la tendance progressiste s'inscrivent dans cette logique.

La crise de l'exégèse

Ensuite, la crise de l'exégèse, qui a été analysée ce matin, a conduit à relativiser l'historicité des évangiles et a provoqué le naufrage de la foi⁸ en un grand nombre de fidèles. Si l'Écriture Sainte n'est pas historique, elle perd beaucoup de sa valeur⁹. Lorsque son inspiration, son inerrance, sont remises en cause, disparaissent dans le même temps les raisons de se fier à la Parole de Dieu, de lui faire confiance. Si on l'entend encore le dimanche, on ne l'écoute plus. Et on finit par la méconnaître, par l'ignorer. On vit sans et on pense s'en porter bien.

Finalement, comme l'estime le pape émérite Benoît XVI à propos de la crise du sacerdoce, la racine du problème réside dans le fait qu'on ne reçoit plus l'Écriture comme la Parole de Dieu¹⁰. Considérée comme une parole humaine, banale, comment pourrait-elle nous nourrir ? Il y a tant de textes plus attrayants, plus faciles. Alors on ne l'écoute plus, et on se plaint que Dieu est silencieux. On L'a mis dehors et c'est encore de Sa faute.

Grégoire le Grand, docteur de l'Église, cite ce verset en commentant Ez 3, 1-2 pour expliquer comment « *l'Écriture sacrée est aliment et breuvage.* » (in *Homélie sur Ézéchiel*, X, 3, SC 327)

⁷ VD 79.

⁸ Cf. 1Tim 1, 19 : « *Timothée mon enfant, (...) garde la foi et une conscience droite ; pour avoir abandonné cette droiture, certains ont connu le naufrage de leur foi.* »

⁹ Cf. *Humani generis* : lettre encyclique de sa sainteté le pape pie XII sur quelques opinions fausses qui menacent de ruiner les fondements de la doctrine catholique. « *Il n'est pas étonnant que pareilles nouveautés aient déjà produit des fruits empoisonnés dans toutes les parties, ou presque, de la théologie.* »

¹⁰ « *Face à la crise durable que traverse le sacerdoce depuis de nombreuses années, il m'a semblé nécessaire de remonter aux racines profondes du problème. (...) Au fondement de la situation grave dans laquelle se trouve aujourd'hui le sacerdoce, on trouve un défaut méthodologique dans la réception de l'Écriture comme Parole de Dieu.* » Benoît XVI & cardinal R. Sarah, *Des profondeurs de nos cœurs*, Éditions Fayard, 2020, page 29.

Ne pas écouter la Parole, c'est désobéir !

Mais que se passe-t-il lorsqu'on n'écoute plus la Parole de Dieu, lorsqu'on ne s'en nourrit plus ? Regardons l'Écriture.

Adam et Eve se nourrissaient de la Parole de Dieu jusqu'au jour où, trompés par le serpent, ils ont goûté à une autre nourriture. Ils ont désobéi à la Parole de Dieu. Ils ont tout perdu¹¹.

Par son serviteur Moïse, Dieu est venu à la rencontre de son peuple et lui a de nouveau adressé la Parole : « *Ecoute, Israël !* » (Dt 6, 4) Tant que le peuple écoute, Dieu le nourrit. Mais bien souvent, il se détourne, il refuse d'écouter, il désobéit, et bien vite il dépérit¹². Dieu alors en tire la leçon que Jésus citera dans son combat contre Satan au désert : « *LE SEIGNEUR t'a fait passer par la pauvreté, il t'a fait sentir la faim, et il t'a donné à manger la manne pour que tu saches que l'homme ne vit pas seulement de pain, mais de tout ce qui vient de la bouche du Seigneur.* » (Dt 8, 3. Cf. Mt 4, 4 ; Lc 4, 4)

Goliath se nourrissait bien. David, pétri de la Parole de Dieu¹³, ne nourrissait mieux. Il n'a fait qu'une bouchée du géant philistin.

Le jeune Daniel refusa de se compromettre en mangeant le mets du roi Nabuchodonosor. Il préférera obéir à la Parole de Dieu¹⁴, qui le nourrit suffisamment, au point qu'au bout de dix jours, « *il avait plus belle mine et meilleure santé que tous les jeunes gens qui mangeaient des mets du roi.* » (Dn 1, 15)

Dieu insiste par des images fortes sur la nécessité de se nourrir de sa Parole : « *Fils d'homme, écoute ce que je vais te dire, (...) mange ce rouleau ! Puis, va ! Parle à la maison d'Israël.* » (Ez 2, 8 - 3, 1) « *Va prendre le livre, et dévore-le.* » (Ap 10, 8-9) La Parole doit être mangée, digérée, puis transmise à ceux vers qui le Seigneur envoie : « *Debout, fils d'homme ! Va vers la maison d'Israël, et dis-lui mes paroles.* » (Ez 3, 4) J'écoute, je suis témoin, je suis envoyé.

Oui, « *Dieu a rompu son silence, Dieu a parlé, (...) Dieu nous aime, (...) Jésus est sa Parole*¹⁵. » Dieu désire nous nourrir de sa Parole. Et nous, par insouciance, par orgueil, par désobéissance, nous n'écoutons pas, nous refusons de nous laisser nourrir¹⁶. Quel scandale¹⁷ ! Comment en sortir ?

Comment se motiver pour dévorer la Parole de Dieu ?

Nous avons beaucoup **parlé, réfléchi, prié** sur la vérité de la Parole de Dieu, cette Parole « *vivante, efficace* » (Hb 4, 12), inspirée par Dieu et gravée dans notre histoire, Dieu Lui-même qui nous interpelle, nous appelle à Le suivre, attend notre réponse.

Comment retrouver la soif de la Parole, le goût de dévorer la Parole de Dieu « *rencontrée dans la Sainte Écriture*¹⁸, » la faim de lire la Bible pour s'en nourrir ? Où trouver, ou retrouver, la saine motivation d'écouter Dieu ?

¹¹ Cf. Gn 3, 1-19.

¹² Cf. Dt 8, 10-20.

¹³ Les nombreux psaumes dont le saint Roi David est l'auteur témoignent combien dès sa jeunesse, il se nourrissait assidument de la Parole de Dieu.

¹⁴ Jg 13, 4 : « *Ne bois ni vin, ni boisson fermentée, et ne mange rien d'impur.* »

¹⁵ Benoît XVI, Méditation pour ouvrir les travaux du Synode sur la nouvelle évangélisation, 8 octobre 2012. Cf. http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/fr/speeches/2012/october/documents/hf_ben-xvi_spe_20121008_meditazione-sinodo.pdf

¹⁶ Car, fondamentalement, pour la Bible la nourriture est donnée par Dieu : Dieu donne et se donne à manger.

¹⁷ « *Ceci n'est pas une petite incivilité, que Dieu parlant à nous, nous ne voulions l'écouter, ni plus ni moins que si nous parlions à Dieu sans y penser,* » dit saint François de Sales dans son « Sermon pour le dimanche de la Sexagésime », le 13 février 1594 (sermons 904).

¹⁸ VD 72.

Une nourriture nécessaire

Les exemples que nous avons donnés des conséquences fâcheuses de la malnutrition spirituelle devraient être une première source de motivation. Dieu insiste tellement sur la nécessité vitale de nourrir notre âme !

Saint Jérôme, grand amoureux de la Parole de Dieu se demandait : « *Comment pourrait-on vivre sans la science des Écritures, à travers lesquelles on apprend à connaître le Christ lui-même, qui est la vie des croyants ?*¹⁹ » Il était bien conscient que la Bible est l'instrument « *par lequel Dieu parle chaque jour aux croyants*²⁰. » Il conseille ainsi Leta, une matrone romaine, pour l'éducation de sa fille : « *Assure-toi qu'elle étudie chaque jour un passage de l'Écriture... À la prière fais suivre la lecture, et à la lecture, la prière... Plutôt que les bijoux et les vêtements de soie, qu'elle aime les Livres divins*²¹. » Un enfant qui ne veut pas manger, on le force gentiment : goûte au moins un petit peu !

Jésus Lui-même cherche à réveiller notre soif, comme avec la samaritaine : « *celui qui boira de l'eau que moi je lui donnerai n'aura plus jamais soif ; et l'eau que je lui donnerai deviendra en lui une source d'eau jaillissant pour la vie éternelle.* » (Jn 4, 13-14) Allons-nous répondre comme la samaritaine : « *Seigneur, donne-moi de cette eau, que je n'aie plus soif !* » (Jn 4, 15) Ou comme le prophète Jérémie : « *Quand je rencontrais tes paroles, Seigneur, je les dévorais ; elles faisaient ma joie, les délices de mon cœur.* » (Jr 15, 16)

Une source inépuisable

Saint Ephrem²² s'émerveille : « *Qui donc est capable de comprendre toute la richesse d'une seule de tes paroles, Seigneur ? Ce que nous en comprenons est bien moindre que ce que nous en laissons ; comme des gens assoiffés qui boivent à une source.* »

Une nourriture dynamiquement ajustée à nos besoins

La Parole de Dieu s'adapte à nos besoins, comme la manne que Dieu donna aux fils d'Israël pour les nourrir dans le désert. « *Celui qui en avait ramassé beaucoup n'eut rien de trop ; celui qui en avait ramassé peu ne manqua de rien. Ainsi, chacun en avait recueilli autant qu'il pouvait en manger.* » (Ex 16, 18²³)

« *Les révélations divines croissent avec celui qui les lit*²⁴, » explique saint Grégoire le Grand dans son homélie sur la vision des roues du prophète Ézéchiél²⁵. « *Plus un saint progresse dans l'Écriture sacrée, plus l'Écriture même progresse avec lui*²⁶. » Si je ne me lance pas, la

¹⁹ Saint Jérôme, *Epistola* 30, 7 : CSEL 54, 246, citée par VD 72.

²⁰ Saint Jérôme, *Epistola* 133, 13 : CSEL 56, 260, citée par VD 72.

²¹ Saint Jérôme, *Epistola* 107, 9.12 : CSEL 55, 300.302, citée par VD 72.

²² Voir la lecture de l'Office des Lectures du 6^e dimanche du Temps Ordinaire, tirée de ses commentaires sur l'Évangile : « *Réjouis-toi parce que tu es rassasié, mais ne t'attriste pas de ce qui te dépasse. Celui qui a soif se réjouit de boire, mais il ne s'attriste pas de ne pouvoir épuiser la source. Que la source apaise ta soif, sans que ta soif épuise la source. Si ta soif est étanchée sans que la source soit tarie, tu pourras y boire à nouveau, chaque fois que tu auras soif. (...) Rends grâce pour ce que tu as reçu et ne regrette pas ce qui demeure inutilisé. Ce que tu as pris et emporté est ta part ; mais ce qui reste est aussi ton héritage. Ce que tu n'as pas pu recevoir aussitôt, à cause de ta faiblesse, tu le recevras une autre fois, si tu persévères. N'aie donc pas la mauvaise pensée de vouloir prendre d'un seul trait ce qui ne peut être pris en une seule fois ; et ne renonce pas, par négligence, à ce que tu es capable d'absorber peu à peu.* »

²³ Notons au passage que la manne avait le « *goût de beignet au miel.* » (Ex 16, 31) De même le livre en forme de rouleau d'Ézéchiél (Ez 3, 3) et le petit livre de l'ange de l'Apocalypse (Ap 10, 9).

²⁴ Saint Grégoire le Grand, *Homélie sur Ézéchiél* 1, 7, 8 (SC 327, page 245 et suivantes).

²⁵ Ez 1, 19 : « *Quand les Vivants avançaient, les roues avançaient à côté d'eux ; quand les Vivants s'élevaient de terre, les roues s'élevaient.* »

²⁶ Saint Grégoire le Grand, *Homélie sur Ézéchiél* 1, 7, 8 (SC 327, page 245).

route reste immobile et mon âme ne décolle pas de terre, mais si je me lance dans la lecture priante de la Parole, alors, la roue avance, mon âme s'élève et la Parole s'élève avec moi.

Saint Grégoire nous explique encore que la Parole de Dieu « *n'est ni fermée à en être décourageante, ni accessible à en devenir banale. Plus on la fréquente, moins on s'en lasse, plus on la médite, plus on l'aime*²⁷. »

Comme l'affirmait saint Ambroise : « *lorsque nous prenons en main avec foi les Écritures Saintes et les lisons avec l'Église, l'homme revient se promener avec Dieu dans le paradis*²⁸. »

Lorsque nous ouvrons notre Bible, Jésus lui-même marche avec nous, comme avec les disciples d'Emmaüs, pour nous ouvrir « *l'intelligence à la compréhension des Écritures.* » (Lc 24, 45). C'est d'ailleurs ce passage que notre pape François a choisi de commenter pour établir que le 3^e dimanche du Temps Ordinaire serait désormais le dimanche de la Parole²⁹. Une initiative qui vise précisément à encourager les baptisés à se laisser de nouveau nourrir chaque jour par la Parole de Dieu, moyen excellent d'en devenir familiers, et des intimes du Seigneur Jésus ressuscité.

Une nourriture efficace

La Parole de Dieu est vivante et efficace. Nous le constatons dans la vie des saints. Ainsi, saint Antoine le Grand, entrant dans une Eglise, entend proclamer le passage du jeune homme riche : « *va, vend ce que tu possèdes, donne-le aux pauvres, puis viens, suis-moi.* » Antoine reçoit cette Parole pour lui aujourd'hui. Il va vendre ses biens, les donne aux pauvres, puis part s'établir dans le désert d'Égypte.

Cet exemple souligne le caractère « performatif » de la Parole de Dieu, de façon éminente dans la liturgie³⁰. Cela signifie qu'elle réalise ce qu'elle exprime³¹.

Rappeler le caractère performatif de la Parole de Dieu dans l'action sacramentelle nous conduit à souligner la relation entre la Parole et l'Eucharistie. Le premier lieu pour nous nourrir de la Parole de Dieu, c'est évidemment la liturgie³².

La boîte à outil du chrétien bien nourri

Nous voilà convaincus, à la suite de saint Jérôme, qu'« *ignorer les Écritures, c'est ignorer le Christ*³³. » Nous voilà convaincus de la nécessité vitale de nous laisser nourrir par Dieu qui nous parle. Venons-en maintenant aux moyens à notre disposition : comment se nourrir de la Parole de Dieu ?

²⁷ Saint Grégoire le Grand, *Moralia* XX, 1, 1

²⁸ Cf. Saint Ambroise, *Epistola* 49, 3 : *PL* 16, 1204, cité par VD 87.

²⁹ « *J'établis que le III^e dimanche du temps ordinaire soit consacré à la célébration, à la réflexion et à la proclamation de la Parole de Dieu.* » Pape François, *Aperuit illis*, 30 septembre 2019, n. 1. Motu proprio donné en la mémoire liturgique de saint Jérôme, au début du 1600^e anniversaire de sa mort.

³⁰ « *En éduquant le Peuple de Dieu à découvrir le caractère performatif de la Parole de Dieu dans la liturgie, on l'aide aussi à percevoir l'action de Dieu dans l'histoire du salut et dans l'histoire personnelle de chacun de ses membres.* » VD 53

³¹ Ainsi lors de la création, « *Dieu dit : "Que la lumière soit." Et la lumière fut.* » (Gn 1, 3)

³² « *En effet, dans le rapport entre la Parole et le geste sacramentel, l'action même de Dieu dans l'histoire est manifestée sous la forme liturgique à travers le caractère performatif de la Parole.* » VD 53

³³ Saint Jérôme, In Is., prologue : *PL* 24, 17, cité par Pape François, *Aperuit illis*, n. 1.

La liturgie

Comme nous venons de le souligner, la liturgie est le moyen ordinaire que Dieu utilise pour nous nourrir de sa Parole³⁴. La liturgie est à notre vie spirituelle ce que les repas sont à notre vie physique³⁵. On ne saurait s'en passer. Ils doivent être équilibrés. Celui du dimanche est plus soigné.

Ainsi la liturgie de la Parole, bien préparée, nous dispose à écouter Dieu qui nous parle aujourd'hui³⁶. Elle est inséparable de la liturgie Eucharistique³⁷. Elle se prolonge dans la liturgie des Heures où la Parole de Dieu écoutée, mémorisée, psalmodiée, rythme la journée.

Un petit moyen concret nous est donné pour accueillir la Parole de Dieu « *pour ce qu'elle est réellement*³⁸ : *non pas une parole d'hommes, mais la parole de Dieu qui est à l'œuvre en nous, les croyants* » (1 Th 2, 13) : vivifier le geste des trois signes de croix avant la proclamation de l'Évangile pour en faire une prière en acte. « *Seigneur, ouvre mon intelligence, aide-moi à témoigner de ta Parole et à la garder dans mon cœur.* »

Le chapelet

Forme de para-liturgie³⁹, la récitation du chapelet, communautaire ou individuelle, est une excellente façon de se nourrir de la Parole de Dieu⁴⁰. Méditation systématique des principaux mystères de la vie de Notre-Seigneur, « *prière aimée de nombreux saints et encouragée par le Magistère*⁴¹ », elle nourrit l'âme et la soumet à l'éducation maternelle de la Vierge Marie. « *Dans la sobriété de ses éléments, le Rosaire concentre en lui la profondeur de tout*

³⁴ VD 86 souligne que « *dans la lecture orante de l'Écriture Sainte, le lieu privilégié est la liturgie, l'Eucharistie en particulier, durant laquelle, en célébrant le Corps et le Sang du Christ présent dans le Sacrement, se rend présente parmi nous la Parole elle-même. En un certain sens, la lecture priante, personnelle et communautaire, doit toujours être vécue en relation avec la célébration eucharistique. Comme l'adoration eucharistique prépare, accompagne et continue la célébration eucharistique, de même la lecture priante, personnelle et communautaire, prépare, accompagne et approfondit ce que l'Église célèbre en proclamant la Parole, dans le cadre liturgique.* » Voir aussi VD 52.

³⁵ Ces deux principes vitaux du pain qui soutient l'animalité de l'homme et de la Parole de Dieu qui soutient son humanité ne sont pas à opposer l'un à l'autre.

³⁶ « *[Le Christ] est là présent dans sa parole, car c'est lui qui parle tandis qu'on lit dans l'Église les Saintes Écritures.* » Concile Vatican II, Constitution *Sacrosanctum Concilium* sur la Liturgie, n. 7.

³⁷ « *La méditation de la Parole de Dieu est une tâche importante et fondamentale du prêtre de Dieu dans la Nouvelle Alliance. Pourtant, cette Parole s'est faite chair. La méditer signifie toujours aussi se nourrir de la chair qui nous est donnée dans la très Sainte Eucharistie comme pain du ciel.* » Benoît XVI & cardinal R. Sarah, *Des profondeurs de nos cœurs*, Éditions Fayard, 2020, page 44-45.

³⁸ Sur l'attitude à avoir aussi bien envers l'Eucharistie qu'envers la Parole de Dieu, saint Jérôme affirme : « *Je pense que l'Évangile est le Corps du Christ ; je pense que les Saintes Écritures sont son enseignement. Et quand il dit : si vous ne mangez pas la chair du Fils de l'homme, et si vous ne buvez pas son sang (Jn 6, 53), ses paroles se réfèrent au Mystère [eucharistique], toutefois, le corps du Christ et son sang sont vraiment la Parole de l'Écriture, c'est l'enseignement de Dieu. Quand nous nous référons au Mystère [eucharistique] et qu'une miette de pain tombe, nous nous sentons perdus. Et quand nous écoutons la Parole de Dieu, c'est la Parole de Dieu et la chair du Christ et son sang qui tombent dans nos oreilles, et nous nous pensons à autre chose. Pouvons-nous imaginer le grand danger que nous courons ?* » VD 56, citant saint Jérôme, *In Psalmum*. 147 : CCL 78, 337-338.

³⁹ Ces « *exercices doivent être réglés en tenant compte des temps liturgiques et de façon à s'harmoniser avec la liturgie, à en découler d'une certaine manière, et à y introduire le peuple parce que, de sa nature, elle leur est de loin supérieure.* » Concile Vatican II, Constitution *Sacrosanctum Concilium* sur la Liturgie, n. 13.

⁴⁰ Cf. RVM 30 : « *Pour donner un fondement biblique et une profondeur plus grande à la méditation, il est utile que l'énoncé du mystère soit suivi de la proclamation d'un passage biblique correspondant qui, en fonction des circonstances, peut être plus ou moins important. Les autres paroles en effet n'atteignent jamais l'efficacité particulière de la parole inspirée. Cette dernière doit être écoutée avec la certitude qu'elle est Parole de Dieu, prononcée pour aujourd'hui et « pour moi ».* »

⁴¹ Saint Jean-Paul II, Lettre apostolique *Rosarium Virginis Mariae* sur le Rosaire, 16 octobre 2002, n. 1.

*le message évangélique, dont il est presque un résumé*⁴². » « *La répétition se nourrit du désir d'être toujours plus pleinement conformé au Christ [...] jusqu'à parvenir à la sainteté*⁴³. »

La lectio divina

Notre pape François, dans son dernier *motu proprio* instituant le dimanche de la Parole, souligne « *l'importance de continuer la lecture [de la Parole de Dieu] dans sa vie quotidienne, de l'approfondir et de prier avec la Sainte Écriture, se référant de manière particulière à la Lectio Divina*⁴⁴. » Dans *Verbum Domini*, Benoît XVI nous rappelle ses étapes fondamentales⁴⁵ :

- la *lectio* : que dit le texte en soi ?
- la *meditatio* : que dit le texte pour moi ? En quoi suis-je concerné aujourd'hui ?
- l'*oratio* : que dis-je au Seigneur en réponse à sa Parole ? C'est la prière.
- la *contemplatio* : quelle conversion le Seigneur me demande-t-il ? Je prends une résolution.
- l'*actio* : je mets en œuvre ma résolution, je me donne, à la suite du Christ.

Nous retrouvons les étapes importantes : lire, écouter, adhérer, mettre en pratique.

Utiliser toutes nos facultés

Saint Ignace nous invite à commencer la méditation de la Parole par la *composition de lieu*⁴⁶, à solliciter tous nos sens et notre imagination, pour déboucher finalement sur les colloques avec les personnes divines et nos amis du Ciel.

L'école française de spiritualité⁴⁷ nous propose de méditer les attitudes intimes de Jésus⁴⁸ le Verbe incarné, de son Sacré-Cœur, pour aboutir, éduqués par Marie⁴⁹, à l'adoration eucharistique.

Le bienheureux Antoine Chevrier recopiait le soir à la main le passage d'évangile qui serait l'objet de sa méditation le lendemain matin.

Notre Père fondateur, Lucien-Marie Dorne, vers l'âge de 15-16 ans, avait pris l'habitude de lire un chapitre de l'évangile chaque jour, ce qui lui en donna une connaissance très précise et l'attacha à Jésus de façon très forte.

Il ne tient qu'à nous de choisir de semblables résolutions.

Prier l'Esprit-Saint

Dans cet effort pour se rendre disponible à Dieu qui me parle dans l'Écriture, l'Esprit-Saint joue un rôle central⁵⁰. Ne négligeons pas de l'invoquer afin qu'Il nous aide dans l'accueil

⁴² Saint Paul VI, Exhortation apostolique *Marialis cultus* sur la culte de la Vierge Marie, 2 février 1974, n.42.

⁴³ RVM 26.

⁴⁴ Pape François, *Aperuit illis*, n. 3.

⁴⁵ Cf. VD 87.

⁴⁶ Saint Ignace de Loyola, *Exercices spirituels*, 47. Saint Ignace définit « *la composition du lieu* » comme « *une certaine façon d'organiser l'espace* » au début de la prière.

⁴⁷ À la suite de Pierre de Bérulle, Jean-Jacques Olier, saint Vincent de Paul, saint Jean-Eudes, saint Louis-Marie Grignon de Montfort.

⁴⁸ Jésus devant les yeux, Jésus dans le cœur, Jésus dans les mains.

⁴⁹ *Totus tuus* ! A Jésus par Marie !

⁵⁰ « *Comme la Parole de Dieu vient à nous dans le Corps du Christ, dans le corps eucharistique et dans le corps des Écritures par l'action de l'Esprit Saint, de même elle ne peut être accueillie et comprise pleinement que grâce à ce même Esprit.* » VD 16 Les grands écrivains de la tradition chrétienne prennent unanimement en considération le rôle de l'Esprit Saint dans le rapport que les croyants doivent avoir avec les Écritures. Saint Jean Chrysostome affirme que l'Écriture « *a besoin de la révélation de l'Esprit, afin qu'en découvrant le véritable sens des choses qui s'y trouvent, nous en tirions abondamment profit.* » Saint Jérôme est lui aussi fermement

docile de la Parole divine, à l'exemple de la Vierge Marie, la Mère du Verbe incarné, qui « *conservait avec soin la Parole, en la méditant dans son cœur.* » (Cf. Lc 2, 19.51)

D'autres moyens

D'autres moyens très nombreux sont encore à notre disposition pour nous nourrir quotidiennement de la Parole de Dieu. Le plus simple et le plus ordinaire demeure la Bible. En format de poche, elle est aussi pratique qu'un Smartphone. Bien moins chère, pas de panne de réseau, ni de batterie qui flanche. Imaginez : si vous jetiez un œil sur votre Bible aussi souvent que sur votre téléphone ? Elle comprend plus de 30 000 notifications⁵¹ !

Les appareils connectés offrent un choix d'applications quasi infini. Les revues telles *Magnificat* ou *Parole et Prières* sont conçues pour m'aider à entretenir ma motivation.

S'il n'est pas recommandé de manger entre les repas, la Parole de Dieu, on peut la grignoter toute la journée. S'il n'est pas très distingué de mâchouiller un toute la journée, la Parole de Dieu, on peut la chiquer sans se modérer. Quand un verset est usé, n'a plus de goût, on peut même le passer à son voisin avant d'en prendre un autre dans le paquet.

Enfin, méfions-nous du démon qui cherche à nous persuader. Si on n'a pas envie, il faut se forcer ! L'appétit vient en mangeant. Et on n'obtient rien sans effort !

Conclusion : la joie d'annoncer la Parole

Alors finalement, comment se nourrir de la Parole de Dieu ? La bonne manière, c'est la tienne ! Ensuite, tout est une question de motivation. Sa meilleure source, c'est la Parole de Dieu elle-même. Rappelons-nous ce que disait saint Grégoire : « *Plus on la fréquente, moins on s'en lasse, plus on la médite, plus on l'aime*⁵². »

Maintenant la balle est dans notre camp. A nous de choisir une petite résolution, concrète, précise, modeste. Demandons au Seigneur la grâce d'y être fidèle. Exerçons-nous avec patience, persévérance et confiance.

Gardons en tête les étapes importantes : lire, écouter, comprendre, adhérer, mettre en pratique.

Gardons-en vue la « *finalité primordiale* » du texte sacré : « *notre salut*⁵³, » la sainteté⁵⁴.

Que l'Esprit Saint réveille notre faim et notre soif de la Parole de Dieu qui nous conduira à la Vérité toute entière. Qu'Il réveille notre zèle missionnaire pour témoigner qu'à travers la Parole, nous aussi, nous avons entendu, vu et touché le Verbe de vie⁵⁵.

Imitons la Vierge Marie, à qui semble s'adresser la béatitude suivante : « *Bienheureux plutôt ceux qui écoutent la parole de Dieu et qui la gardent.* » (Lc 11, 28)

convaincu que « *nous ne pouvons arriver à comprendre l'Écriture sans l'aide de l'Esprit Saint qui l'a inspirée.* » Saint Grégoire le Grand souligne également de manière suggestive l'œuvre du même Esprit dans la formation et dans l'interprétation de la Bible : « *Il a lui-même créé les paroles des Saints Testaments, c'est lui-même qui les ouvre.* » Richard de Saint-Victor rappelle qu'il faut des « *yeux de colombe* », illuminés et instruits par l'Esprit, pour comprendre le texte sacré. Cf. VD 16

⁵¹ La Bible comprend plus de 30 000 versets.

⁵² Saint Grégoire le Grand, *Moralia* XX, 1, 1

⁵³ Cf. *Dei verbum* 11, cité par *Aperuit illis*, n. 9.

⁵⁴ Cf. VD 49.

⁵⁵ Cf. 1Jn 1, 1-4, cité par VD 123.