



« Ce n'est pas, en effet, d'en savoir beaucoup qui satisfait et rassasie l'âme mais de sentir et goûter les choses intérieurement. »

(Saint Ignace de Loyola, Exercices spirituels)

Prier avec une image

Je me mets dans une attitude de rencontre avec Dieu par l'intermédiaire de Sa Parole et de l'image qui m'est proposée où la présence divine se dévoile.

Je fais silence en moi-même pour m'ouvrir à la présence de Dieu.

Je demande la grâce : ce que je veux. Autrement dit, j'exprime à Dieu mon désir, ce que, profondément, je souhaite qu'il me donne.

Je regarde

- Les couleurs, leur masse, leur intensité, leur disposition les unes par rapport aux autres, la façon dont elles se complètent ou s'opposent ;
- Les lignes, verticales, horizontales, obliques ou courbes : voir comment elles se conjuguent avec les couleurs ;
- Les personnes ou les autres éléments représentés : voir leur position par rapport à l'ensemble, l'attitude, les postures les unes par rapport aux autres, leur proportion par rapport à l'ensemble, etc.

J'observe

- J'observe les liens qui s'établissent entre lignes, couleurs et éléments, pensées...
- Quels sentiments, quelles pensées m'habitent devant cette photo ? Quel message de l'Esprit est-ce que j'entends en ce moment pour le monde, pour la Congrégation / famille, pour ma propre vie ?

Je m'adresse à Dieu

Je parle à Dieu comme un ami parle à son ami pour le remercier, lui demander pardon ou demander son aide selon les découvertes faites dans cette contemplation.

Conclure

Je termine par un "Notre Père" ou une prière qui me met en lien avec les chrétiens du monde entier.