

# La prière de contemplation

Contempler, c'est rester sans rien dire, à regarder avec amour ou admiration, à écouter et se laisser faire, à se laisser remplir d'une présence. Nous contemplons parfois un paysage ou une œuvre d'art ; de même, dans la prière, nous pouvons contempler le Christ, ses rencontres, ses paroles. Cette prière nous apprend à savourer intérieurement la rencontre avec Jésus. Plus encore, elle est une manière de demeurer avec lui.



Vue de Jérusalem (Terre Sainte)

## ■ Choisir l'objet de notre contemplation

Les textes bibliques sont des supports particulièrement adaptés à la contemplation (voir p. 164-165). Mais on peut aussi contempler une icône ou un tableau représentant une scène de la Bible\*.

## ■ Observer et écouter les personnages

Regardons chaque personnage séparément, et considérons chacun d'eux pour ce qu'il est, avec son nom, son histoire, ses sentiments... Essayons de nous impliquer dans la scène, comme si nous étions avec eux ! Silence ou paroles : pesons ce qu'ils portent en eux, imaginons que ces mots nous sont adressés. Gestes, attitudes, réactions... : ces actions sont celles de Dieu ou celles de l'homme. En ce cas, elles peuvent nous apprendre quelque chose de nous-mêmes à un moment ou à un autre de notre vie. Nous pouvons alors peut-être découvrir un détail que nous n'avions pas encore perçu, qui nous parle particulièrement.

## ■ Réfléchir et goûter intérieurement

À chaque étape de notre contemplation, laissons résonner tel ou tel aspect pour en tirer profit : gardons quelque chose que nous comprenons ou découvrons de Dieu, de l'homme ou de notre relation à Dieu.

## Comprendre

Les religieuses et les religieux « contemplatifs » sont des femmes et des hommes qui, dans un monde absorbé par l'activisme, donnent priorité à la prière. Dans leur prière, ils contemplent Dieu avec amour, afin de toujours mieux le connaître. Les moines et les moniales se laissent ainsi transformer par Dieu pour lui ressembler de plus en plus. Leur prière est rythmée par la liturgie\* des Heures et centrée sur la messe quotidienne.



Ô mon Seigneur\* et mon Dieu, que vos grandeurs sont incompréhensibles ! [...] Toutefois, Seigneur, le peu qu'il nous est donné de découvrir par la contemplation de vos œuvres, nous fait entrevoir d'une manière admirable vos perfections infinies.

Sainte Thérèse d'Avila

« Je t'ai contemplé au sanctuaire, j'ai vu ta force et ta gloire\* »

Psaume 62, 3