Introduction

Nos cinq sens forment un fabuleux cadeau. Peut-être n'en avons-nous que trop peu conscience. Ils nous permettent de percevoir le monde et les autres. Ils sont nos antennes pour entrer en contact et en relation. Ils sont nôtres, nous permettent de ressentir et d'expérimenter, mais nous invitent tout autant à sortir de nous, à nous ouvrir…

Dieu, le créateur, nous rejoint de mille et une manières à travers les sens. Le croyant est ému à la vue d'un paysage : il voit par ses yeux et perçoit alors un rayon de la grandeur de son Dieu. Il entend par ses oreilles l'évangile lui être communiqué et il comprend que cette bonne nouvelle change sa vie. Par ses papilles, il goûte à un repas ordinaire ou extraordinaire et rend grâces à son Seigneur pour sa bienveillance quotidienne. On prie pour lui en lui imposant les mains, en le touchant, et ce jour est marqué de l'empreinte de Dieu. Ses narines, qui frémissent de colère devant l'injustice infligée à quelqu'un, évoquent, peut-être même sans qu'il ne le sache, le Dieu de la Bible et sa justice en faveur du pauvre.

Nos sens peuvent donc être des moyens par lesquels Dieu nous rejoint. Cela dépend en partie de notre degré de perception, de notre acuité à y discerner ce qui vient de Dieu.

À ce premier niveau s'ajoute un second : les sens peuvent devenir des métaphores décrivant un rapport plus invisible, plus intime, à Dieu. La Bible pratique fréquemment cet art

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com

du langage imagé à partir des cinq sens : « *Goûtez* combien le Seigneur est bon ! ». « Dieu *vit* que c'était bon. ». « Parle, ton serviteur *écoute*. ». « L'Éternel étendit sa main et *toucha* ma bouche. » « *Sentez* combien le Seigneur est bon ! »

Les deux niveaux de sens concernant nos sens (!) méritent notre attention et peuvent nous aider à approfondir notre relation avec Dieu. C'est ce que ce livre propose sous la forme de cinq semaines, une pour chaque sens, comme un parcours de méditation et de prière, inspirées de textes bibliques portant sur les cinq sens.

Parcours pour une semaine

Chaque semaine est structurée de la manière suivante.

- Les deux premiers jours affirment l'accueil et l'amour du Seigneur. Toute démarche véritable de foi, d'approfondissement voire de transformation, en dépend.
- Une fois ainsi fondé(e) sur l'amour de Dieu, le lecteur ou la lectrice est prêt(e), le troisième jour, à dévoiler devant le Seigneur ses blessures, le mal subi, et à s'ouvrir à la guérison qui vient de Dieu.
- Le jour suivant, dans une proximité spirituelle croissante, le lecteur ou la lectrice est invité(e) à déposer ses fautes, nommer son péché, reconnaître le mal commis, devant Dieu, et à recevoir en vérité le pardon qui libère.
- Le cinquième jour donne l'occasion de puiser des forces auprès de Dieu, pour continuer la route accompagné(e) de sa présence.
- Le dernier jour offre la possibilité de reprendre la méditation d'un texte biblique abordé précédemment ou de « relire » la semaine pour en cueillir les fruits.

Ce parcours structuré en six jours comporte une limite : ne pas puiser au hasard du livre et des jours, mais suivre chaque semaine du premier au cinquième jour, dans cet ordre. La progression décrite permet un juste cheminement devant Dieu.

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com

Nos semaines comptent sept jours, alors que les semaines de ce livre en évoquent six !

Le septième jour est le jour du repos et de la célébration ! À mettre amplement à profit !

Parcours de chaque jour

Chaque jour suit également une progression (le sixième jour est légèrement différent).

- Le temps de préliminaires ou de mise en présence de Dieu est important.
- La photo est proposée comme une respiration : on peut prendre le temps de la regarder avant la lecture du texte biblique ou alors y revenir ultérieurement.
- Ensuite, une sélection de chants issus d'une diversité de répertoires est listée ; ils peuvent être utilisés en guise de préparation, de soutien ou de réponse à la démarche de chaque journée.
- Après la lecture lente et si possible à plusieurs reprises du texte biblique (un par jour, pas davantage), une « impulsion » en dégage quelques pépites, selon une approche spirituelle.
- Viennent ensuite des pistes pour la prière et la méditation qui ne doivent pas nécessairement être toutes suivies, mais forment autant de propositions parmi lesquelles puiser.

Attitude et démarche

Ce livre et cette démarche sont à vivre dans une attitude de méditation et de prière. Cela signifie qu'il s'agit de prendre son temps et de ne rien précipiter. Pour une fois, pas de recherche d'efficacité ! Mais l'ouverture et la disponibilité pour cheminer avec Dieu.

Devant la Bible, le lecteur moderne ou protestant pratique souvent une « lecture fonctionnelle » (Linda Oyer) de la Bible : nous lisons dans le but de collecter des informations dans

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com

Viens et goûte combien le Seigneur est bon

Goûter à l'attention, la grâce et l'accueil de Jésus

- ✓ Je choisis un lieu paisible.
- ✓ Je m'installe dans une position confortable qui me permet de rester concentré(e).
- ✓ Je prends quelques minutes pour faire silence et me disposer intérieurement à la prière, à l'écoute.



Photo de Frédéric de Coninck

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com

Chants

- ♪ *Écoute, entends la voix de Dieu* CCN / All 22-02 / Arc 239
- ♪ *Toi qui disposes* All 42-08 / Arc 631 / ATG 215 / AF 52 / DPS 543
- ♪ *Nul n'est comme toi* Jem^2 687
- ♪ *Seigneur, par ta douceur* Jem^2 494

Jean 21.1-14 (Parole de vie)

📖 [1] Après cela, Jésus se montre encore à ses disciples, au bord du lac de Tibériade. Voici comment il se montre à eux. [2] Simon-Pierre, Thomas appelé le Jumeau, Nathanaël qui est du village de Cana en Galilée, les fils de Zébédée et deux autres disciples sont ensemble. [3] Simon-Pierre leur dit : « Je vais à la pêche. » Ils lui disent : « Nous aussi, nous venons avec toi. » Ils partent et ils montent dans la barque, mais cette nuit-là, ils ne prennent rien. [4] Quand il commence à faire jour, Jésus se tient au bord de l'eau, mais les disciples ne savent pas que c'est Jésus. [5] Jésus leur dit : « Eh, les enfants, est-ce que vous avez du poisson ? » Ils lui répondent : « Non. » [6] Jésus leur dit : « Jetez le filet à droite de la barque, et vous trouverez. » Ils le jettent et ils prennent tellement de poissons qu'ils ne peuvent plus tirer le filet de l'eau. [7] Alors le disciple que Jésus aime dit à Pierre : « C'est le Seigneur ! » Quand Simon-Pierre entend : « C'est le Seigneur », il met son vêtement de dessus, parce qu'il l'avait enlevé, et il se jette dans l'eau. [8] Les autres disciples reviennent avec la barque, en tirant le filet plein de poissons. Ils ne sont pas très loin du bord, à 100 mètres environ. [9] Ils descendent à terre et là, ils voient un feu avec du poisson dessus et du pain. [10] Jésus leur dit : « Apportez donc quelques poissons que vous venez de prendre. »

[11] Simon-Pierre monte dans la barque et il tire sur la terre le filet plein de 153 gros poissons. Le filet ne se déchire pas, pourtant, il y a beaucoup de poissons. [12] Jésus dit aux disciples : « Venez manger ! » Aucun des disciples n'ose lui demander : « Qui es-tu ? » Ils savent bien que c'est le Seigneur. [13] Jésus s'approche. Il prend le pain et le donne aux disciples. Il leur donne aussi du poisson. [14] C'est la troisième fois que Jésus se montre aux disciples depuis qu'il s'est réveillé de la mort.

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com

Impulsion

La scène se passe après la résurrection de Jésus. Les disciples viennent de vivre une aventure extraordinaire ces trois dernières années, ils ont suivi Jésus et vu ses faits et gestes, ont rêvé de voir enfin le royaume de Dieu sur terre, puis à la mort de Jésus, tout s'effondre, l'espoir est brisé…

Ce n'est pas la première rencontre du Ressuscité avec les disciples, pourtant ils sont désemparés. Que faire avec tout ce qu'ils ont vécu ? Comment la vie va-t-elle continuer ? Comment goûter la présence de l'absent ?

Il y a là sept disciples, ensemble, chacun avec son histoire personnelle avec Jésus. Cinq d'entre d'eux sont nommés, deux restent anonymes ; cela peut être n'importe quel disciple, toi ?

Et voilà ce groupe d'hommes, de témoins, désœuvrés. Sur une idée de Pierre, toujours prêt à l'action, ils décident de faire ce qu'ils savent : retourner à leur travail, partir à la pêche, trouver de quoi se nourrir. C'est le soir, ils peuvent penser que c'est aussi le soir d'une grande aventure…

Le matin, après une nuit de labeur, encore une situation d'échec, ils n'ont rien pris. Pêche inefficace ! Action inutile !

C'est là que, depuis le rivage de leur vie, Jésus les appelle (mais ils ne réalisent pas encore que c'est lui), les interpelle. Il prend l'initiative du dialogue, c'est lui qui vient à eux. Avec douceur, tendresse, il met le doigt sur l'échec, la frustration, la faim.

« Eh, les enfants, n'avez-vous rien à manger ? ». Par leur *« non »*, ils sont ramenés à leur réalité, leur vulnérabilité, leur faim physique et au-delà leur faim d'une relation au Christ.

Puis Jésus les invite à un pas de foi, à lancer *« une fois encore »* le filet… une idée, une impulsion. Il les rejoint dans ce qu'ils font, là où ils sont, avec leurs limites.

Les disciples obéissent, suivent la voix de Jésus et le miracle se produit : le filet est presque trop plein, à la limite de la rupture.

C'est là, après l'inattendu, qu'ils vont reconnaître Jésus, réaliser que c'est à leur Maître qu'ils ont obéi.

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com

Table des matières

Introduction 5

Semaine 1 – Viens et goûte combien le Seigneur est bon 11

- Jour 1 Goûter à l'attention, la grâce et l'accueil de Jésus ..... 11 (Jean 21.1-14)
- Jour 2 Assoiffé(e) – Désaltéré(e) ! ..... 17 (Psaume 63)
- Jour 3 Les goûts frelatés de mes déceptions et illusions ..... 23 (Jean 2.1-11)
- Jour 4 Boire du même Esprit ..... 29 (1 Corinthiens 12.12-27)
- Jour 5 Goûter et choisir la vie ..... 35 (Deutéronome 30.11-20)
- Jour 6 Répétition ou relecture de la semaine 41

Semaine 2 – Viens et vois 43

- Jour 1 Dieu porte un regard bienveillant sur nous ..... 43 (Genèse 1.1-2.4)
- Jour 2 Seigneur, montre-moi ta gloire ..... 49 (Exode 33.11-23)
- Jour 3 Pour retrouver la vue ..... 55 (Marc 10.46-52)
- Jour 4 Vers un regard plus lucide sur moi-même ..... 59 (Matthieu 7.3-5)
- Jour 5 (Re)découvrir l'appel de Dieu ..... 63 (Exode 3.1-12)
- Jour 6 Répétition ou relecture de la semaine 69

Semaine 3 – Viens et tends l'oreille 71

- Jour 1 Parle, ton serviteur écoute ..... 71 (1 Samuel 3.1-10)
- Jour 2 Entends le murmure doux et léger ..... 77 (1 Rois 19.1-18)
- Jour 3 Ouvre-toi ! Guérir de nos surdités ..... 83 (Marc 7.31-37)
- Jour 4 Mes quatre terres d'écoute ..... 87 (Matthieu 13.3-9,18-23)
- Jour 5 Écoute, aime le Seigneur, mets en pratique ..... 93 (Deutéronome 6.1-9)

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com

- Jour 6 Répétition ou relecture de la semaine 99

SEMAINE 4 – VIENS ET LAISSE-TOI TOUCHER PAR DIEU 101

- Jour 1 Façonné(e) par Dieu mon créateur ..... 101 (Genèse 2.7-8)
- Jour 2 Dieu à nos pieds ..... 107 (Jean 13.1-17)
- Jour 3 « Qui m'a touché ? » ..... 113 (Marc 5.24b-34)
- Jour 4 Touché(e) par l'amour et le pardon ? ..... 119 (Luc 7.36-50)
- Jour 5 « Touché(e) – touchant-je ! » ..... 125 (Jean 20.16-17)
- Jour 6 Répétition ou relecture de la semaine 129

SEMAINE 5 – VIENS ET RE-SPIR' 131

- Jour 1 Chercher le roi né dans l'écurie et lui ouvrir nos bagages (Mattthieu 2.1-11) 131
- Jour 2 Assuré(e) que Dieu prend soin des conditions de vie (Genèse 8.20-9.1) 137
- Jour 3 Apporter à Jésus nos odeurs de mort, blessures de vie (Jean 11.34-44) 143
- Jour 4 Sortir notre fumier sur le champ ..... 149 (Psaume 130)
- Jour 5 Parfumer et donner sans retour ..... 153 (Marc 14.3-9)
- Jour 6 Répétition ou relecture de la semaine 159

Annexe 1 Mise en présence 161
Annexe 2 Prier à partir d'un texte biblique 163
Annexe 3 Prier à partir d'une œuvre d'art 165
Annexe 4 Repérer les traces de Dieu dans le quotidien 166
Annexe 5 Marcher et méditer 168
Annexe 6 Jeûner et méditer 170
Annexe 7 Chanter et méditer 172
Chant *Amazing grace* 174
Chant *Bénis le Seigneur* 175
Chant *Toi le Dieu qui t'abaissas* 176

Bibliographie 177
Présentation des auteurs 179

© Farel – Tous droits réservés – XL6.com