

# 10 JOURS POUR UNE PERLE

## PARCOURS DE MÉDITATION BIBLIQUE

### Jour 1

jeudi 26 mars 2020

#### J'INVOQUE LE SAINT-ESPRIT

en chantant « Plonge-moi dans ta rivière » (JEM 589) de Chris Bowater  
pour l'écouter sur Youtube : <https://youtu.be/kxmBz1YyB-I>

Plonge-moi dans ta rivière d'amour,  
Plonge mon esprit dans les profondeurs de ta joie.  
Inonde le désert de mon âme  
Par la douce pluie du ciel.

Mon âme est rafraîchie ;  
Quand ton onction m'envahit,  
Je suis restauré guéri,  
Quand ton onction m'envahit.



#### JE FAIS SILENCE

Et je fixe mon attention sur le Saint Esprit. Je laisse sa Présence m'envelopper, m'éclairer, réchauffer mon cœur et me remplir de Paix.

Avant de passer à la prochaine étape, **je ferme les yeux** quelques instants et je reste concentré sur cette Présence douce et bienveillante.

## JE LIS LENTEMENT LE TEXTE BIBLIQUE

en prenant le temps de savourer chaque phrase, chaque mot

### Évangile de Jésus-Christ selon Matthieu 13.45-46

Jésus dit : « Le Royaume des cieux est encore semblable à un marchand qui cherche de belles perles. Il a trouvé une perle de grand prix ; et il est allé vendre tout ce qu'il avait et il l'a achetée. »

## JE RELIS

« un marchand... cherche de belles perles »

Je lis lentement cette phrase une fois, deux fois, trois fois pour m'en imprégner.

## JE CONTEMPLER

1. Je m'identifie à ce marchand qui marche (le verbe « marcher » se trouve à la racine du mot « marchand », tant en français qu'en grec), à la recherche de ce qui est beau et précieux : « je cherche de belles perles »

2. J'imagine le chemin sur lequel j'avance et la nature autour de moi : je regarde les arbres, les fleurs, l'herbe... et le soleil qui brille dans le ciel bleu au-dessus de moi ; je sens la douce brise printanière qui passe sur mon visage ; j'écoute le chant des oiseaux ...



3. Je me mets à l'écoute de la quête spirituelle qui m'habite : la soif ardente de trouver ce qui est vraiment beau et précieux : ce qui peut spirituellement embellir et enrichir ma vie.

4. Je laisse vibrer en moi cette recherche spirituelle ; je la laisse me remplir d'enthousiasme et de ferveur.

### **JE ME TOURNE VERS LES 18 PERLES DE LA FOI**

(cf. explications dans l'introduction du parcours)



**JE PORTE MON ATTENTION SUR LA PREMIERE PERLE :**  
**LA PERLE DOREE dite PERLE DE DIEU**  
(en haut)

### **JE RELIS**

« Il a trouvé une perle de grand prix. »

Je lis lentement cette phrase une fois, deux fois, trois fois pour m'en imprégner.

### **JE CONTEMPLER**

1. Je regarde à nouveau la perle dorée : voilà la perle de grand prix tant recherchée. C'est la perle de Dieu : Jésus Christ !

2. Son éclat doré me parle de la splendeur rayonnante de Dieu.

✓ Je m'émerveille devant cette splendeur de la Gloire divine.

- ✓ Je contemple la Gloire de Dieu et j'accueille son éclat : elle brille pour moi, sur moi, en moi, à travers moi...
- ✓ Je prends conscience que cette Présence, cette Gloire divine manifestée en Jésus Christ est plus grande, plus forte et plus réelle que tout ce qui me menace, m'agresse et m'opprime.
- ✓ Je laisse son éclat chasser en moi toute peur, toute inquiétude et tout sentiment de solitude.
- ✓ Je laisse son éclat me donner force et confiance.

3. De la même façon que la perle dorée vient en premier sur le chemin des perles de la foi, le Seigneur doit occuper la première place dans ma vie. Je le laisse redevenir ma priorité.



## JE PRIE

Ô Christ, lumière du monde  
Brillante étoile du matin  
Reflet de la gloire du Père  
Ô Christ, tu es en nous et nous en toi et dans le Père  
(Extrait de la Liturgie de Pomeyrol)

**JE MEMORISE UN VERSET BIBLIQUE** qui fait écho à la méditation du jour et qui va pouvoir m'accompagner durant toute la journée :

« Car Dieu, qui a dit : la lumière brillera du sein des ténèbres ! a fait briller la lumière dans nos cœurs pour faire resplendir la connaissance de la gloire de Dieu sur la face du Christ. » (**2 Corinthiens 4.6**)

### **UN EXERCICE POUR LA JOURNEE**

Tout au long de la journée, je cherche la Présence de Dieu, afin de la laisser enrichir et embellir ma vie. Dans mes pensées, mes paroles et mes actes j'accueille la splendeur de la gloire de Dieu.

**JE PORTE MON ATTENTION SUR LA PREMIERE PERLE DU SILENCE**  
(première perle en haut à droite ; perle allongée, couleur sable)

Et j'achève ce temps de méditation en observant quelques minutes de silence devant le Seigneur pour me mettre à son écoute.



**PAROISSE SAINT NICOLAS**  
6 Quai Saint Thomas  
67000 STRASBOURG  
Tél : 03 88 37 04 48  
E-Mail : [communaute-saint-nicolas@sfr.fr](mailto:communaute-saint-nicolas@sfr.fr)  
Site web : [www.communaute-saint-nicolas.fr](http://www.communaute-saint-nicolas.fr)

