

FLEUVEVIE

Lire en quatre mouvements

Observer · Écouter · Relier · Répondre

UN PARCOURS MÉDITATIF POUR LIRE UN CHAPITRE LENTEMENT

HENRY J. NOEL

Récits bibliques, méditations et conversations à hauteur humaine

MODE D'EMPLOI

Une lecture qui ne se précipite pas vers la conclusion

Choisissez un chapitre court ou un extrait. Réservez de vingt à trente minutes. Lisez une première fois sans prendre de notes, puis reprenez le texte en suivant les quatre mouvements.

Préparer l'espace

Éloignez les distractions. Gardez le texte, un crayon et quelques pages libres. Commencez par une respiration lente ou une courte prière.

Respecter ce qui vient

Il n'est pas nécessaire de produire une grande idée. Une image, une résistance ou une question honnête peuvent suffire.

Garder une trace

À la fin, choisissez une seule phrase à conserver plutôt qu'un grand nombre de conclusions.

MOUVEMENT 01

Observer

Que dit et que montre le texte ?

Relevez une image, une parole, un geste, une répétition ou un silence. Restez d'abord près des mots, sans expliquer trop vite.

Ce que je vois

Le détail qui retient mon attention

MOUVEMENT 02

Écouter

Qu'est-ce que cette lecture éveille en moi ?

Nommez une émotion, une résistance, un souvenir ou une question.
Accueillez ce mouvement sans le juger ni l'imposer au texte.

Ce que je ressens

La question que je n'avais pas prévue

MOUVEMENT 03

Relier

Où cette histoire rencontre-t-elle la vie présente ?

Rapprochez le récit d'une situation humaine actuelle : relation, communauté, éducation, foi, exclusion, guérison ou recommencement.

Le lien que je découvre

La personne ou la situation à laquelle je pense

MOUVEMENT 04

Répondre

Quelle réponse simple devient possible ?

Écrivez une phrase de prière, une décision prudente ou un geste concret.
Une réponse véritable peut être très petite.

Ma parole de réponse

Le geste que je peux poser

FEUILLE DE ROUTE

La phrase que j'emporte

Une prière ou une intention

Revenir au texte

Relisez le même passage quelques jours plus tard. Notez ce qui s'est déplacé, éclairci ou approfondi.
