

**A. Prier le Nom : « Quand vous me demanderez quelque chose en mon nom, Moi, je le ferai » St Jean 14,14**

Commencer par « Prières gestuelles » pages 81-85 avec st Ambroise et st Jean Chrystome

Le travail se fait par étapes successives à l'aide de fiches ou d'un cahier sur lesquels on inscrit au fur et à mesure le parcours qui est susceptible d'être toujours repris. Chaque texte est vécu par une attitude priante qui sera proposée, mais que chacun peut vivre selon son vécu personnel. Ne choisir qu'une ou deux étapes à la fois, et prendre le temps de se laisser imprégner chaque fois par la grâce reçue.

**Marie peut former en nous la prière du Nom de Jésus.**

**1. Le Nom de Jésus, ma demeure et mon rocher :** position assise, la main droite couvrant la main gauche, formant un abri et un rocher, ou allongé au sol, bras pliés, la tête reposant sur les mains ( attitude d'ordination),

**2. Le Nom de Jésus qui nous redresse, nous construit, nous structure, nous ouvre à l'Amour, nous met en relation, en communication avec le cosmos et l'humanité.**

(partir de l'attitude dite d'Elie, à genoux la tête sur les genoux, et se redresser lentement, à la fin, les bras en croix )

**3. Le Nom de Jésus qu'on écoute pour apprendre à parler, à entrer en dialogue, en relation, en communication : attitude d'assise confortable les mains sur les genoux.**

**4. Le Nom de Jésus avec lequel on s'élance dans la vie, alternance de vie humaine et vie christique :** position assise ou à genoux, ou debout permettant mouvement de balancements avant-arrière sur inspir/expir = donner/recevoir = prendre et lâcher.

**5. Fonder sa vie sur le Nom :** à plat ventre, bras allongés de chaque côté le long du corps, respirer profondément au niveau de l'abdomen

**6. Se reposer sur le Nom, en faire sa demeure :** à plat ventre, bras en croix, ou assise au sol, une jambe passant sur l'autre, jambes pliées ( difficile !)

(dégage nerf sciatique)

**7. Le Nom qui redresse l'homme, lui rend l'espérance :** au sol allongé sur le ventre, se redresser avec l'appui des mains ( = sphinx) ne pas prolonger, poser ensuite la tête au sol sur une joue et se reposer

**8. Le Nom vers lequel on tend les bras :** sur le dos, bras levés droits au-dessus de la poitrine, mains relâchées ( détend le plexus = anxiété)

**9. Le Nom, abri et force :** attitude du fœtus, au sol ou sur une chaise

**10. Le Nom qui nous donne force et détermination :** allongé au sol sur le dos, les bras de chaque côté, on peut se soulever.

Lorsque vous priez, n'oubliez pas que votre prière s'insère dans une continuité de témoins et d'orants, que vous n'êtes pas seul, que votre prière a pour but de glorifier Dieu, d'être près de lui éternellement, et d'y entraîner l'humanité.

(Si vous êtes intéressés par ces fiches, veuillez les mémoriser sur clé USB au fur et à mesure de leur réception, merci.)

**B. phrases à méditer dans l'attitude de son choix, et au cours de la journée :**

- 1. Le Nom de Jésus purifie les pensées, apaise les âmes troublées.**
- 2. Le Nom de Jésus est d'abord dans notre vie :  
Lampe dans les ténèbres,  
Puis clair de lune,  
Enfin lever de soleil ( le Nom signe de contradiction)**
- 3. Réduire les mauvaises pensées par l'invocation du Nom de Jésus  
Pratiquer la garde de l'esprit en retenant Jésus dans le cœur**
- 4. La Prière du Nom n'est pas silence, mais audition de la Parole divine  
Jésus = Parole prononcée perpétuellement par le Père,  
Jésus est cette Parole que le Père adresse à l'homme,  
Jésus est la Parole adressée par le Père à l'homme**
- 5. Devenu foyer de notre vie, le Nom rassemble tout,  
Il est un filtre où passent actes, paroles, pensées...**
- 6. Le cœur se purifie et s'enflamme au Nom de Jésus**
- 7. Bienheureux celui qui sans cesse prononce dans son cœur  
Le Nom de Jésus, et qui, au plus profond de sa pensée  
Est lié au Nom de Jésus, comme la cire l'est à la flamme.**
- 8. Prononcer saintement le Nom de Jésus est à une vie humaine  
Un but suffisant et excellent**
- 9. Unification de notre esprit par la prière du Nom de Jésus,  
L'esprit devient Un dans le souvenir du Christ  
La prière du Nom de Jésus simplifie, unifie la vie spirituelle  
Et d'intégration**
- 10. Fonder sa vie sur le Nom, se réfugier dans le Nom de Jésus,  
Demander au Nom de Jésus, Sanctifier le Nom**
- 11. Se mettre en route vers le Nom et avec le Nom,  
Voyager avec le Nom**
- 12. Faire mémoire de Jésus jusqu'à ce que le Nom du Seigneur  
Pénètre dans le cœur, y descende et vivifie l'âme**
- 13. Que notre cœur absorbe le Seigneur,  
Et que le Seigneur absorbe notre cœur,  
Que les deux deviennent UN**
- 14. Se reposer sur le Nom, en faire sa demeure**

15. **Faire descendre l'entendement dans le cœur,  
et appeler incessamment le Nom de notre Seigneur Jésus Christ,  
Importance du retour de l'esprit dans le cœur : sensation de chaleur**
16. **Ce Nom est à la bouche un nectar,  
Sur la langue du miel,  
Il est une ambroisie vive,  
Si on l'a une fois goûté  
On ne saurait s'en détacher.  
Il est aux yeux une lumière sereine,  
Aux oreilles le son même de la vie**
17. **Il est un vase choisi pour porter le Nom  
On se nourrit du Nom divin eucharistique**
18. **Je dors, mais mon cœur veille**
18. **Là où deux ou trois se trouvent rassemblés en mon Nom  
Je suis là au milieu d'eux**
19. **Le Nom de Jésus est une huile répandue :  
Il fournit lumière et chaleur,  
Il est nourriture et remède ( st Bernard)**
20. **L'invocation du Nom fortifie, nourrit,  
Elle donne Jésus en personne qui s'établit toujours plus fermement dans le cœur,  
A la fin, le Nom n'exprime plus seulement notre propre désir ardent de Jésus,  
Il est l'amour même de Jésus en nous,  
Une lumière incréée, un feu consumant.**
21. **Prendre le Nom comme l'on prend une nourriture,  
D'abord liquide, puis solide pour se nourrir,  
Laisser le nom se répandre dans tout le corps comme le sang qui y circule**
22. **Bienheureux vraiment l'homme qui sans cesse prononce le Nom du Seigneur  
Au plus profond de son cœur. Quand j'invoque Ton St Nom, Tu es déjà là,  
Car ton Nom contient Ta présence, Ton Nom est un filtre qui purifie les pensées,  
Ton Nom a la puissance de la vie : il me réchauffe, me reconforte, me guide  
Il garde mon cœur de toute malice**
23. **« La joie de notre cœur vient de lui,  
notre confiance est dans son nom très saint » (psaume 32,21 )**
24. **Le Seigneur vient se reposer en nous, en notre cœur,  
Et dans son repos, nous découvrons le nôtre.**
25. **O Jésus, sois notre joie, Toi qui seras notre récompense,  
Qu'en toi réside notre gloire pour toujours  
Et dans tous les siècles Amen !**