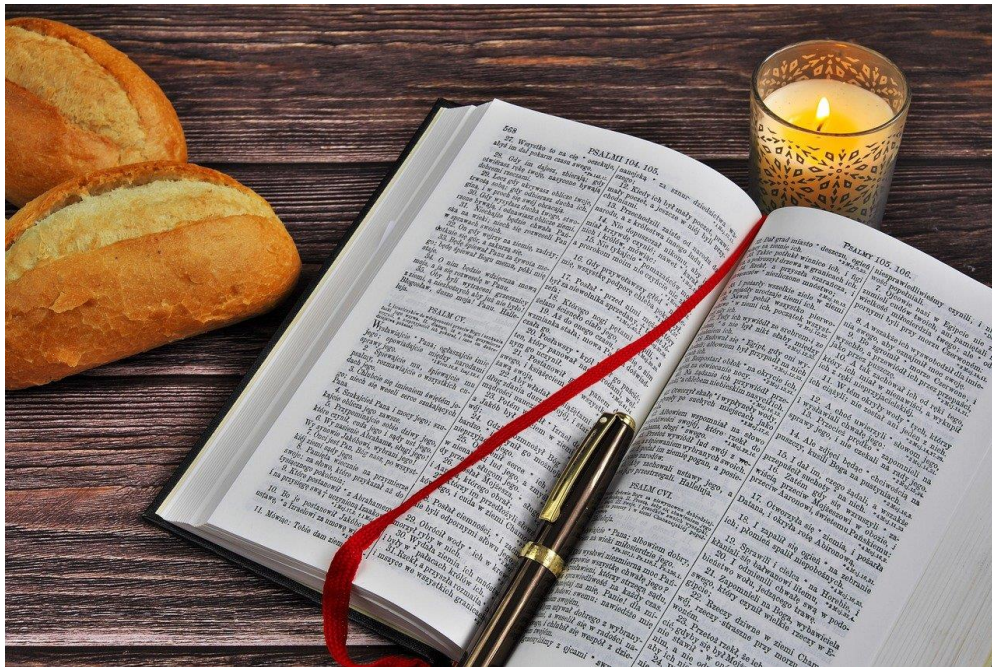


Une prière qui nourrit !

Dans l'évangile de Matthieu, alors que Satan essayait de tenter Jésus dans le désert, celui-ci cite le [Deutéronome](#) : *“L'homme ne vivra pas de pain seulement, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu.”*

La manducation - du latin manducare qui veut dire manger, mastiquer - est une forme de prière qui aide à se nourrir véritablement de la Parole de Dieu. Elle rappelle ces paroles de Dieu au prophète Ezechiel : *“[Le Seigneur] me dit : « Fils d'homme, remplis ton ventre, rassasie tes entrailles avec ce rouleau que je te donne. » Je le mangeai, et dans ma bouche il fut doux comme du miel.”* (Ezechiel 3 ;3)



Cette prière méditative remonte aux tous premiers temps de l'Eglise chrétienne ; elle était notamment pratiquée par les Pères du désert. Simple et sobre, elle s'adapte aussi facilement à nos vies quotidiennes actuelles.

Il s'agit de répéter [un verset biblique](#). Cette répétition n'a pas seulement pour objet la mémorisation de la Parole mais bien de la “manger” ; c'est-à-dire de la goûter, de la savourer, de l'absorber et de s'en nourrir.

“De grâce, ne vous contentez pas de les regarder, ces adorables paroles. Il faut vous en nourrir, vous les assimiler ; la vraie cause de nos maux, c'est l'ignorance de la Parole de Dieu.” disait [saint Jean Chrysostome](#).

Chaque matin, nous pouvons choisir un verset à manduquer durant la journée. Tiré de la liturgie du jour ou en relation avec ce que l'on vit - [face à une épreuve, pour apaiser sa colère](#), ou [pour rendre grâce](#) - la Parole vivante de Dieu nous guérit et nous transforme intérieurement. *“Que la parole de Christ habite en vous dans toute sa richesse !”* (Colossiens 3:16)