

Table des matières

OUVERTURE : RENTRER À L'INTÉRIEUR	7
Dieu, un comprimé effervescent à large spectre ! .	7
La prière, un art de l'attention	10
Être des « contempl'actifs » d'amour	12
L'Être divin au cœur des choses	13
En route avec Léo, pèlerin de l'absolu	15
 CHAPITRE 1 : LÉO, ÉCOUTE LA NATURE, REGARDE-LA PRIER ! . .	17
Moi, Léo, un chrétien ordinaire	17
Prier comme la montagne	19
Prier comme la fontaine	22
Prier comme la mer	23
Prier comme les tournesols	24
Prier comme la rivière	26
Prier avec toute la nature	29
 CHAPITRE 2 : LORSQUE LA PAROLE DIVINE SE FAIT DIALOGUE . .	33
La Parole, c'est Quelqu'un !	34
Un Dieu qui joue à cache-cache	40
Méditer comme le murmure de la fontaine et contempler comme une source paisible	46
Ménager frère corps	51

CHAPITRE 3 : LA PRIÈRE DANS TOUS SES ÉTATS	55
La prière récitée ou prière vocale	55
Des paroles tirées du trésor de son cœur	60
L'oraison écrite	63
La marche spirituelle	65
Des « Ave Maria » sans modération	68
Oraison et adoration du Saint-Sacrement	70
La prière de Jésus ou prière du cœur	77
 CHAPITRE 4 : LA PRIÈRE ME TRANSFORME EN CELUI QUE JE	
CONTEMPLER	89
La métamorphose de la chenille	89
La prière, un combat	91
Le combat de l'amour	95
Être purifié comme l'or au creuset	102
Frère François d'Assise	108
 CHAPITRE 5 : LE CHÂTEAU INTÉRIEUR	115
En route vers la lumière !	115
Premières demeures :	
se décider à entrer par la conversion	117
Deuxièmes demeures :	
choisir de combattre pour durer	120
Troisièmes demeures :	
l'impression d'avoir atteint le but	122
Quatrièmes demeures :	
se laisser saisir par l'Esprit Saint	125

Cinquièmes demeures : se fondre dans le Christ comme l'or au creuset sous la flamme d'une ardente charité	127
Sixièmes demeures : nuit lumineuse	130
Septièmes demeures : l'union définitive	132
Dernier entretien avec le père Joseph	134
CONCLUSION : « CE N'EST PLUS MOI QUI VIS, C'EST LE CHRIST QUI VIT EN MOI » (GA 2, 20)	
Le Christ libéré.	137
Se laisser faire.	138
Un père spirituel	139
BIBLIOGRAPHIE	141