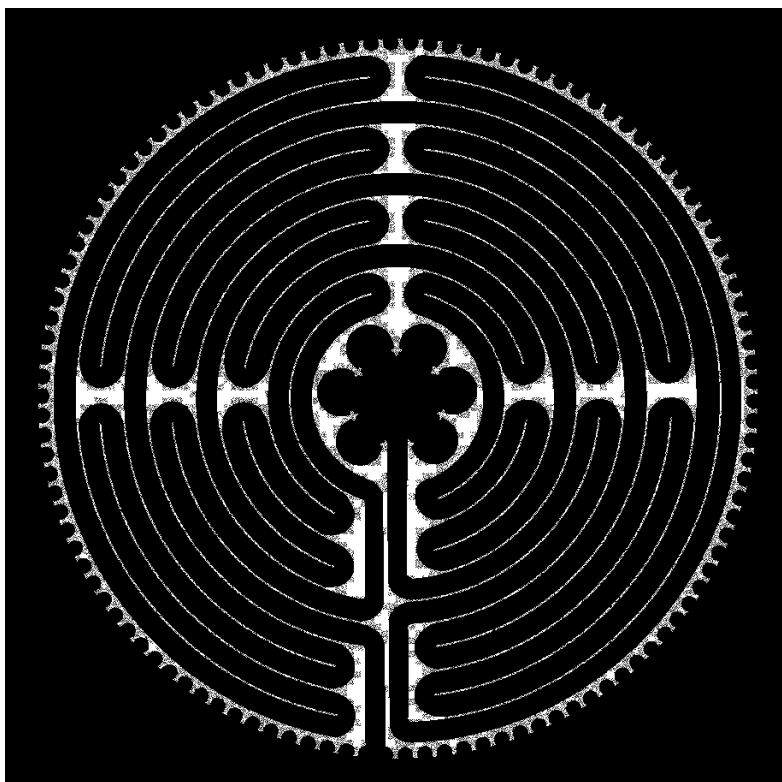


**« Le labyrinthe—Un outil pour la prière »**



**Préparé par le Rév. Jill K.H. Geoffrion, Ph.D.**  
**[www.jillgeoffrion.com](http://www.jillgeoffrion.com) (Chartres & labyrinth prayer resources)**  
**[www.throughjillseyes.wordpress.com](http://www.throughjillseyes.wordpress.com) (ministry photo galleries)**  
**[www.jillgeoffrion.wordpress.com](http://www.jillgeoffrion.wordpress.com) (photo essays)**  
**[www.fhlglobal.org](http://www.fhlglobal.org) (ministry website)**



## La prière labyrinthe : cette ancienne et nouvelle voie de prier

### L'introduction

Un labyrinthe se définit comme un chemin simple à revirements qui mène à un centre. On les distingue ainsi des *mazes* (= dédales) qui ont des chemins multiples et des voies sans issue. La plupart des labyrinthes sont construits au niveau du sol, tandis que la plupart des *mazes* architecturaux se construisent habituellement avec des matériels végétales ou d'autres éléments qui leur confèrent un tridimensionnalité.

Il existe de multiples variantes dans le dessin des labyrinthes, et parmi les choix des chrétiens on en trouve un grand nombre. De nos jours chrétiens et églises choisissent souvent le modèle à onze circuits (à douze cercles) dans le style de celui de la cathédrale de Chartres (comme le dessin tout en haut). Il s'agit d'un symbole mathématique d'une grande profondeur de sens dans la théologie chrétienne. Nous le retrouvons à partir du sixième siècle jusqu'au douzième siècle en Europe en tant qu'un symbole de la foi chrétienne.<sup>1</sup> En 1201, lors de son installation en pierre calcaire et marbre dans le sol de la cathédrale de Chartres en France, on a ajouté une

---

<sup>1</sup> Jeff Saward, [www.labyrinthos.net/center.htm](http://www.labyrinthos.net/center.htm) & Robert Ferré, *Church Labyrinths. Questions and Answers Regarding the History, Relevance, and Use of Labyrinths*, St Louis, MO, One Way Press, 2001.

forme d'une fleur avec six pétales au centre et 113 rayons tout autour du dessin.

### **L'histoire des labyrinthes**

Le labyrinthe est un symbole de l'antiquité dont les plus anciens ont été retrouvés dans des sites préhistoriques. On en a découvert sur tous les continents habités et leur utilisation était très variable. Certains des plus anciens étaient assez larges pour la marche; d'autres étaient créés à des fins littéraires ou visuels.

En 324 de notre ère, les chrétiens d'Alger en Afrique du Nord ont construit un labyrinthe dans leur église.<sup>2</sup> L'usage du labyrinthe est sans doute plus ancien encore, mais celui d'Alger est bien le premier dont nous avons un témoignage historique. Depuis, les labyrinthes ont été priés, étudiés, dansés, tracés et dessinés par des chrétiens cherchant à s'approprier cet outil spirituel dans leur quête de Dieu. Jeff Seward, expert mondialement reconnu du labyrinthe,<sup>3</sup> a identifié sept périodes historiques où l'intérêt porté au labyrinthe et à son usage a été particulièrement intense. Les «floraisons» du labyrinthe, selon l'expression de l'auteur, ont généralement duré autour d'un siècle et semblent s'être produites pendant des périodes de changements rapides. Actuellement nous nous trouvons - depuis les années 1980 - dans une période de renouveau du labyrinthe historique. Il y en a actuellement environ 4,000 répertoriés publiquement sur le site web, le «Worldwide Labyrinth Locator»,<sup>4</sup> tandis qu'on en estime à 5000 le nombre aux seuls Etats-Unis.

### **La théologie et les labyrinthes**

On ne trouvera pas le mot *labyrinthe* dans la Bible, mais les idées telles que le chemin de Dieu, la foi en tant que cheminement, et la jouissance de la présence divine se trouvent partout dans les Ecritures. Plusieurs auteurs contemporains

---

<sup>2</sup> Selon Hermann KERN, *Through the Labyrinth. Designs and Meanings over 5000 Years*, New York, Prestel, 2000, p. 88.

<sup>3</sup> Voir Jeffe Seward, [www.labyrinthos.net](http://www.labyrinthos.net)

<sup>4</sup> [www.labyrinthlocator.org](http://www.labyrinthlocator.org)

associent à l'expérience du labyrinthe les notions chrétiennes de pèlerinage,<sup>5</sup> de résurrection,<sup>6</sup> de Jésus le chemin,<sup>7</sup> et de l'appel du Christ à venir à sa suite.<sup>8</sup> Les thèmes bibliques de l'amour, la joie, la paix, la vérité, la consolation, le discernement, le service et la sagesse sont souvent mentionnés en lien avec le labyrinthe et son utilisation.

Le labyrinthe est un outil spirituel efficace pour susciter et accompagner les divers modes de prière mentionnés et illustrés dans les Ecritures hébraïques et chrétiennes, par exemple : les actions de grâce, l'intercession, la louange, la méditation, la confession et le dialogue libre.

### **L'usage du labyrinthe**

A travers le monde, les églises, les centres de retraite, les séminaires, et les camps chrétiens se mettent à installer des labyrinthes tant à l'intérieur qu'à l'extérieur en tant que prolongations de leurs ministères. De même, un nombre important de chrétiens les construisent, avec des matériaux variés, des labyrinthes dans leurs propres jardins pour l'exercice personnel de la prière. Plusieurs se servent des labyrinthes comme outil de leur ministère, amenant des versions transportables dans les prisons ou aux conférences nationales de leurs confessions, ou aux autres réunions ecclésiales.

Utilisé dans la perspective de la foi, le labyrinthe est un outil spirituel qui aide à percevoir la présence de Dieu et à entrer en relation avec lui. Une expérience typique de labyrinthe comporte la préparation de soi-même au seuil, la poursuite du chemin simple jusqu'au centre, le temps passé au centre, le retour par le même chemin du centre au seuil, et puis la relecture de l'expérience entière.

---

<sup>5</sup> Défini souvent comme un chemin vers l'extérieur mais pour des fins spirituelles.

<sup>6</sup> Gernot Candolini. *Labyrinths: Walking Toward the Center* (New York : Crossroad Book, 2003), p. 59.

<sup>7</sup> Selon Jean 14, 6.

<sup>8</sup> Selon Mt 4, 19 ; 8, 22 ; 9, 9 ; 10, 38 ; 16, 24 ; 19, 21 ; Marc 1, 17 ; 2, 14 ; 8, 34 ; 10, 21 ; Luc 5, 27 ; 9, 23.59 ; 14, 27 ; Jean 1, 43 ; 10, 27 ; 12, 26 ; 13, 36 ; 21, 19.22.

Certains chrétiens ont décrit la prière en parcourant un labyrinthe comme une méditation qui calme l'esprit de façon naturelle, qui remet les idées en place, et qui apporte souvent une compréhension renouvelée des choses. Les utilisateurs signalent également des sensations du calme et de la paix. Des chercheurs sont à l'œuvre pour interpréter les témoignages de guérisons physiques et autres dont certains utilisateurs ont fait état

On peut décrire trois états d'esprit chez celui qui parcourt un labyrinthe:

Se débarrasser en marchant vers le centre.

Se reposer avec Dieu au centre.

S'intégrer l'expérience dans le cadre de la vie de soi-même.

D'autres<sup>9</sup> ont proposé sept étapes de la prière avec un labyrinthe :

Préparation : la mise au point des objectifs de la prière labyrinthe.

Invocation : la demande de l'aide de Dieu au moment de démarrer.

L'entrée : le mouvement du seuil vers le centre.

Repos : le temps libre au centre avec Dieu.

Renouer avec le monde : le mouvement du centre vers le seuil.

Action de grâce : la reconnaissance à Dieu pour ce qui a été vécu.

Réflexion : un temps pour saisir plus profondément le sens de la prière labyrinthe.

A l'aide du temps et en multipliant les expériences, on apprend à manier l'outil et à découvrir toute la variété des possibilités du labyrinthe pour l'approfondissement de sa vie spirituelle.<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup>Donna Schaper & Carole A. Camp, *Labyrinths from the Outside In*, Woodstock, VT, Skylight Paths Publishing, 2000.

<sup>10</sup>Voir, Jill Kimberly Hartwell Geoffrion, *Living the Labyrinth: 101 Paths to a Deeper connection with the Sacred*, Cleveland, OH, Pilgrim Press, 2000. Autres livres de Jill sont, *Praying the Labyrinth: A Journal for Spiritual Creativity*; *The Labyrinth and the Enneagram: Circling into Prayer*; *Labyrinth & Song of Songs*; *Pondering the Labyrinth: Questions to Pray on the Path*, *Christian Prayer and Labyrinths* & *Praying the Charters Labyrinth: A Pilgrim's Guidebook*. Publiés tous par Pilgrim Press.

### **Quelques suggestions pour une expérience de la prière labyrinthe:**

- Prier sans changer vos habitudes de prière.
- En parcourant le labyrinthe récitez votre verset préféré de la Bible, chantez vos chants de louange préférés, priez votre prière préférée (par exemple le Notre Père).
- Certains aiment méditer une question spécifique pendant leur marche avec Dieu.
- Vous choisirez peut-être de répéter, pendant le parcours, une simple phrase de prière, telle que « Jésus » ou « Que ta volonté soit faite ».
- A l'entrée : l'intercession pour les autres.  
    Au centre : le repos dans la présence de Dieu.  
    Au retour : la prière pour soi-même.
- A l'entrée : contempler et considérer Jésus le chemin.  
    Au centre : contempler et considérer Jésus la vie.  
    Au retour : contempler et considérer Jésus la vérité.<sup>11</sup>
- Au seuil : Qu'est-ce que je quitte?  
    A l'entrée : qu'est-ce que j'apporte?  
    Au centre : qu'est-ce que je célèbre?  
    A la sortie : qu'est-ce que j'ai à offrir?
- A l'entrée: lâcher prise pour écouter.  
    Au centre : se reposer pour recevoir.  
    A la sortie : avancer pour s'engager.
- Au seuil : Faites attention à votre respiration.  
    A l'entrée : Faites attention à votre corps.  
    Au centre : Faites attention à votre esprit.  
    A la sortie : Faites attention à votre intelligence.
- Sentez-vous libre de prier le labyrinthe de la façon qui vous semble la plus naturelle et qui fortifie votre itinéraire spirituel.

Puisque la prière labyrinthe est une expérience kinesthésique, la meilleure façon de

---

<sup>11</sup>Voir Jean 14, 6.

poursuivre serait donc de passer à l'acte, et ainsi d'approfondir pour soi-même cette manière ancienne et pourtant nouvelle de prier.

***Quelques sites sur L'internet :***

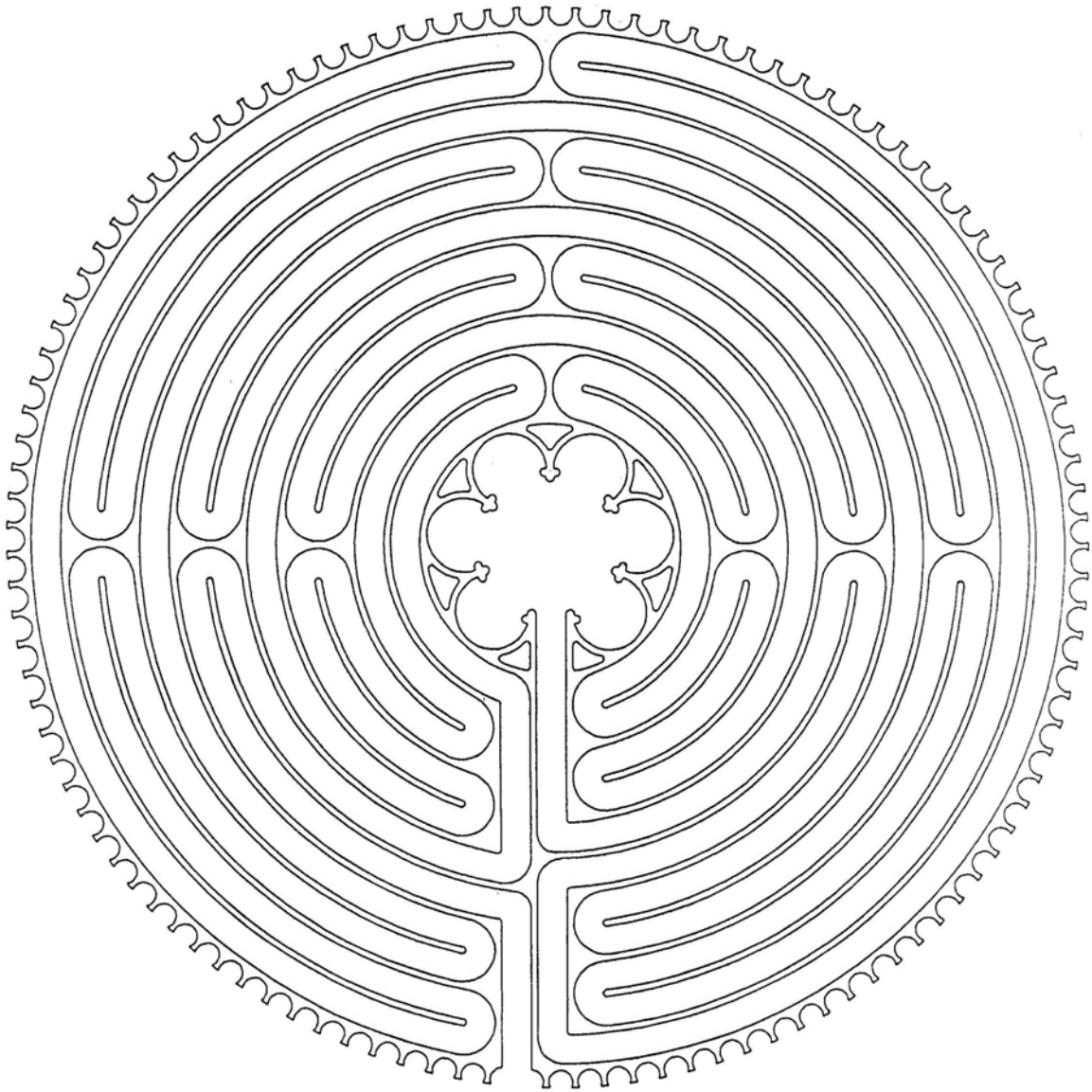
La prière chrétienne du labyrinthe : [www.jill.geoffrion.com](http://www.jill.geoffrion.com)

Trouver (partout au monde) le labyrinthe le plus proche : [www.labyrinthlocator.org](http://www.labyrinthlocator.org)

La construction d'un labyrinthe : [www.labyrinth-enterprises.com](http://www.labyrinth-enterprises.com)

La Société Internationale du Labyrinthe : [www.labyrinthsociety.org](http://www.labyrinthsociety.org)

Caerdroia & Labyrinthos (journaux académiques) : [www.labyrinthos.net](http://www.labyrinthos.net)







«Ne vous inquiétez de rien ; mais, en tout, par la prière et la supplication, avec des actions de grâce, faites connaître à Dieu vos demandes. Et la paix de Dieu, qui surpasse toute pensée, gardera votre cœur et votre intelligence en Jésus Christ.»  
Philippiens 4, 6-7.

La prière avec un labyrinthe est une prière que l'on fait en marchant. Elle apaise la pensée et l'esprit afin de simplifier l'écoute et de permettre une relation plus profonde avec Dieu.

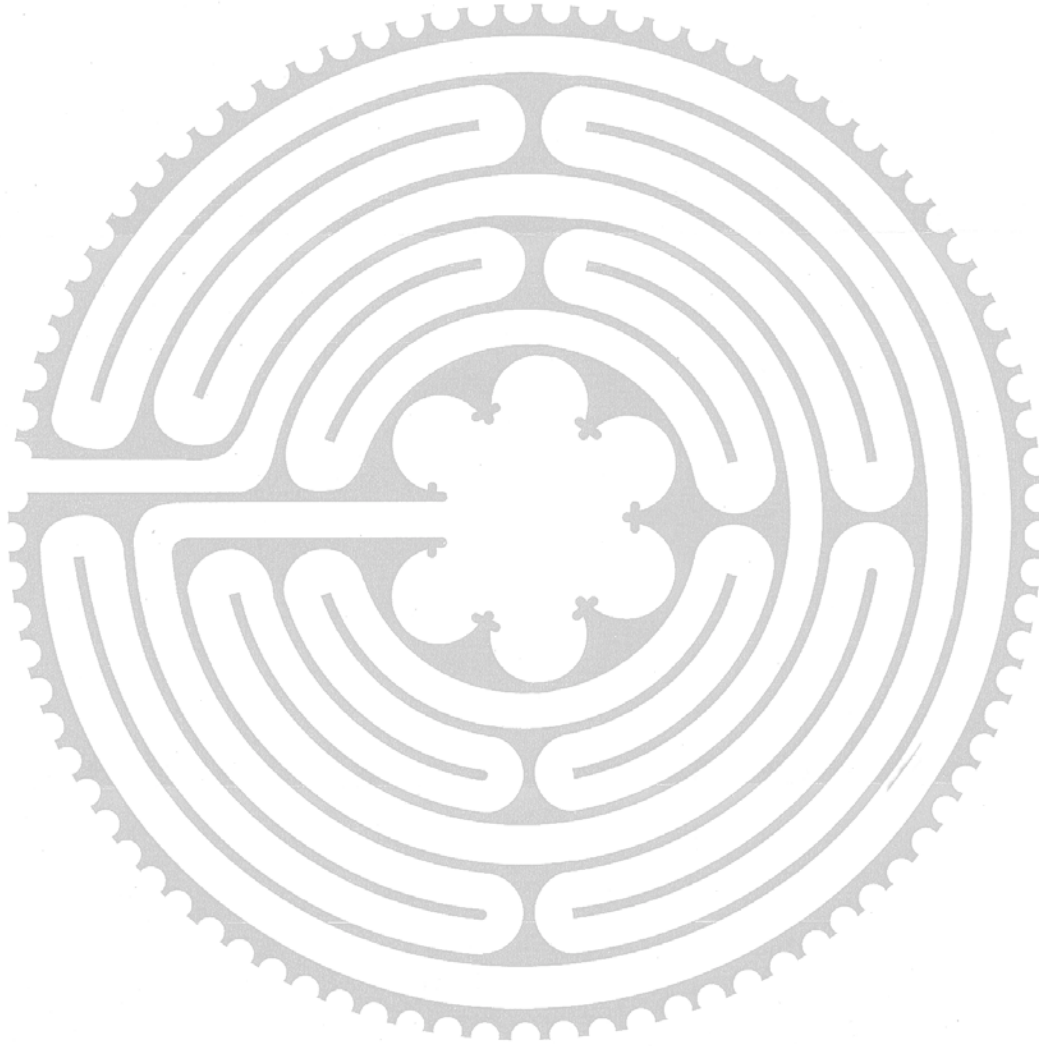
#### **Suggestions de quelques étapes pour votre parcours :**

1. Avant de commencer, établissez l'objet de votre prière. (Par exemple : aujourd'hui, je cherche l'intelligence de Dieu sur tel ou tel sujet; ou, je voudrais prier pour un ami; ou encore, je m'ouvre à ce que Dieu veut me dire. Vous pouvez demander, « Quel est mon prochain pas ? »)
2. Tenez-vous debout, sans bouger, devant l'entrée du labyrinthe. Invitez Dieu à partager cette marche.
3. Entrez et, tout en priant, suivez le chemin. Il n'existe qu'une seule route qui mène au centre. Prenez l'allure, rapide ou lente, qui vous convient. L'allure peut varier pendant votre démarche. Tout en avançant, remarquez ce qui se passe autour de vous et incluez-le dans votre prière.
4. Si vous vous trouvez dans la direction inverse, vous arriverez forcément au centre ou à la sortie : continuez votre prière à partir de ce point.
5. Lorsque vous arrivez au centre, reposez-vous dans la présence aimante du Christ. Rappelez-vous de ce qui s'est déjà passé.
6. Quand vous êtes prêt, quittez le centre et suivez le chemin de retour vers la sortie. Vous pourrez, soit continuer une prière déjà commencée, soit prier en cherchant comment vous approprier tout ce que vous venez de recevoir de Dieu dans votre vie et dans votre relation à l'autre.
7. En regagnant le seuil et avant de partir, remerciez Dieu pour ce que vous avez reçu.
8. Ensuite, donnez-vous un temps de réflexion sur votre parcours. Ecrivez vos pensées et vos sentiments, ou exprimez-les d'une façon créative: par le dessin, le mouvement, le chant, etc.

Utiliser cette page pour relire et pour approfondir vos expériences.

Écrivez ou dessinez.

Notez vos sentiments, vos pensées, et les images ou les autres dons reçus.





Graphique préparé par Robert Ferré [www.labyrinth-enterprises.com](http://www.labyrinth-enterprises.com)  
Pour information de la construction de 11-circuit Chartres-style labyrinthe, vois  
<http://labyrinth-enterprises.com/tapec1.html>