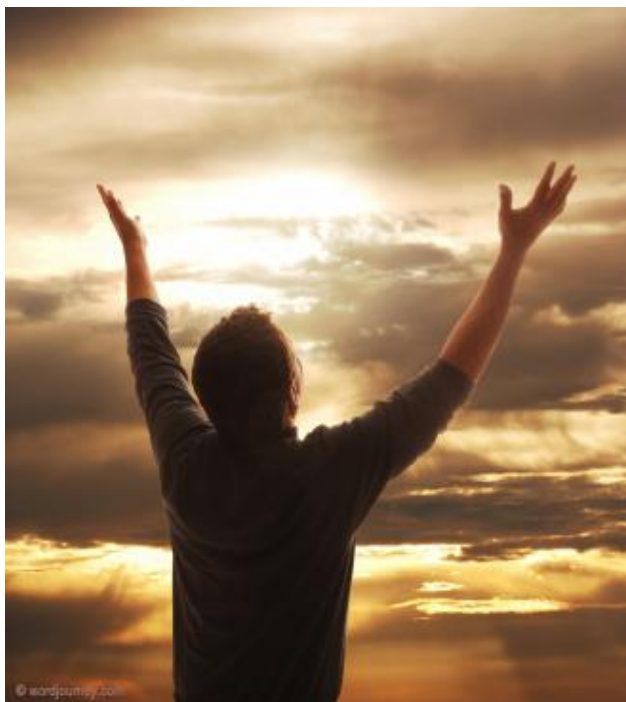




REGNUM CHRISTI

Retraite mensuelle  
juillet - août 2016

## Être avec Jésus



*1<sup>re</sup> méditation*

**L'unique nécessaire**

*2<sup>e</sup> méditation*

**Marie, modèle de vie intérieure**

## *Comment faire votre retraite spirituelle ?*

Une retraite spirituelle est un moment de rencontre avec Dieu dans la prière et le silence. Prévoyez un temps suffisant pour la faire. Consacrez-lui le moment le plus opportun selon ce que permettent vos occupations. Choisissez un endroit approprié où vous pourrez prier sans avoir de distraction : une église, votre chambre ou votre salle d'étude, une maison de retraite... un endroit silencieux et où vous ne serez pas dérangé. Nous vous recommandons de ne pas attendre plus de dix jours après avoir reçu ce guide.

Pour faciliter votre méditation, essayez de tenir compte des pas suivants :

- Mettez-vous en présence de Dieu : avec foi, pensez que vous allez dialoguer avec Dieu.
- Commencez par une demande en vous remettant à Dieu ; priez-le de vous faire connaître ce qu'il veut de vous.
- Lisez le passage d'Évangile et les réflexions en essayant de les faire vôtres. Pensez que le Christ vous appelle pour quelque chose de très grand : votre salut. Au fur et à mesure que vous avancez dans les réflexions, dialoguez avec le Christ, partagez avec lui vos inquiétudes, vos désirs, vos souffrances.
- Tirez-en des conclusions pour votre vie. En quoi pouvez-vous changer ? Quelle est la volonté de Dieu sur votre vie ? Comment pouvez-vous correspondre à son amour ? Etc.
- Avec une grande sincérité, répondez mentalement au questionnaire.
- À la fin de chaque méditation, il peut être utile de mettre par écrit une résolution qui puisse rendre concret l'objectif et refléter ainsi l'esprit de l'Évangile dans le comportement ordinaire. Dieu enrichira ainsi votre vie chrétienne de sa lumière et de sa grâce.
- Finalement, terminez votre méditation en remerciant Dieu de cet instant passé avec lui.

Le but est de se sentir près du Christ et d'approfondir votre amour pour lui. C'est pourquoi cela vous aidera beaucoup de participer à l'Eucharistie avant ou après votre retraite.

*« L'Esprit habite dans le cœur des fidèles comme dans un temple ; en eux il prie et atteste de leur condition de fils de Dieu par adoption » Lumen Gentium 4.*

*1<sup>re</sup> méditation*  
**L'unique nécessaire**

## 1. Acte préparatoire

Le pape François veut que nous redécouvriions la force de la prière que « *l'époque moderne semble regarder comme dépassée pour l'homme devenu adulte, fier de sa raison et désireux d'explorer l'avenir de façon nouvelle* »<sup>1</sup>. Déjà le pape Paul VI mettait-il les fidèles en garde contre cette tendance à séculariser toute activité humaine en éliminant progressivement la prière de la vie publique et privée. Il remarquait que « *la vie de prière, la vie intérieure qui doit aider et animer chacun, semble de plus en plus oubliée chez les hommes de notre époque* »<sup>2</sup>.

Pour le pape François, il est urgent que nous redécouvriions cette lumière de la foi qui est seule capable d'éclairer toute l'existence de l'homme. Il faut que nous sachions la laisser grandir pour éclairer les horizons de notre chemin en un temps où l'homme avance en ne s'appuyant que sur la lumière de ses propres découvertes.

---

<sup>1</sup> Pape François, Exhortation apostolique *Lumen Fidei* § 1, 2014.

<sup>2</sup> Cf. Paul VI, Audience Générale du 13 août 1969.

## 2. Objectif à atteindre

Au cœur d'une époque riche en découvertes en tous les domaines : du scientifique au numérique en passant par le biologique, les moyens de communications, etc., et alors qu'un monde infini semble s'ouvrir devant lui, l'homme contemporain a besoin de bases solides pour orienter sa marche dans le temps. Il lui faut avancer dans la lumière d'une foi forte et solide, enracinée dans le contact intime avec Dieu. Laissons de côté « la rentabilité et l'efficacité » du monde matériel et mettons-nous à l'écoute du Christ disant au jeune homme riche qui lui demandait que faire pour entrer dans le royaume : « *Une seule chose te manque ! Vends tous tes biens et distribue-les aux pauvres, ... puis viens et suis-moi* »<sup>3</sup>.

Demandons-nous comment pourrions-nous faire oraison, prier et nous tourner vers Dieu si notre cœur est totalement accaparé par des choses qui ne peuvent que nous distraire de l'essentiel de notre vie ?

## 3. Prière

Seigneur, au milieu des tempêtes et des bruits qui agitent notre barque, ouvre mes yeux et mon intelligence pour que je sache vivre selon ta volonté et témoigner de la Bonne Nouvelle du salut pour toute l'humanité.

---

<sup>3</sup> Lc 18, 22.

## 4. Passage d'Évangile (Lc 10, 28-42)

*Chemin faisant, Jésus entra dans un village. Une femme nommée Marthe le reçut. Elle avait une sœur appelée Marie qui, s'étant assise aux pieds du Seigneur, écoutait sa parole. Quant à Marthe, elle était accaparée par les multiples occupations du service. Elle intervint et dit : « Seigneur, cela ne te fait rien que ma sœur me laisse faire seule le service ? Dis-lui donc de m'aider. » Le Seigneur lui répondit : « Marthe, Marthe, tu te donnes du souci et tu t'agites pour bien des choses. Une seule est nécessaire. Marie a choisi la meilleure part, elle ne lui sera pas enlevée ».*

## 5. Points pour la méditation

### 1) *Deux sœurs*

L'Évangile oppose les deux sœurs : il est évident que Marie est tout ce que Marthe n'est pas et inversement, Marthe n'est en rien ce qu'est Marie. Cette différence entre les deux sœurs traduit également leur relation avec le Maître : Marthe se donne totalement aux occupations extérieures, elle « reçoit » Jésus ; alors que Marie, elle, silencieuse, « l'écoute ». Chacune des attitudes nous permet de méditer quelques instants sur notre comportement vis-à-vis de Jésus. Quels enseignements pouvons-nous en retirer ? Et finalement, ne retrouvons-nous pas ces deux attitudes enracinées, l'une comme l'autre, dans notre relation avec le Maître ?

Marie, aux pieds de Jésus, est attentive à sa présence. L'évangéliste ne rapporte aucune parole de Jésus à cet instant mais il est assez facile de contempler la scène intérieurement : elle est assise devant ou à côté de Jésus, le contemplant, prête à accueillir son enseignement.

Marthe, elle, est active : totalement impliquée dans l'action à accomplir, elle s'agite pour que la réception et le repas que le Maître va prendre « dans sa maison » soient réussis. Elle est centrée sur le côté matériel de ce qu'elle veut faire. Elle perd la finalité de ce qu'elle est en train de réaliser, elle perd le sens profond du « pour quoi » et du « pour qui ».

Sa fébrilité et son agitation la poussent à protester en se plaignant d'être seule « *face aux multiples soins du service* ». Elle perd la joie et la paix intérieure. Le ton de sa demande semble être celui d'un reproche adressé à Jésus qui, selon elle, ne voit pas que Marie « *la laisse seule à servir* ».

## 2) *Un seul enseignement : l'unique nécessaire*

La réponse de Jésus est inattendue. Alors que Marthe veut attirer l'attention sur un manque de coopération face aux responsabilités de l'organisation et du déroulement d'une activité matérielle, la réponse de Jésus oppose l'agitation de Marthe et la tranquillité attentive de Marie. « *Marthe, Marthe, tu te donnes du souci et tu t'agites*

*pour bien des choses. Une seule est nécessaire. Marie a choisi la meilleure part, elle ne lui sera pas enlevée ».*

Cette réponse rappelle celle que Jésus avait faite au jeune homme riche qui, ayant accompli tous les commandements, désirait savoir comment avoir part au Royaume de Dieu. « *Une seule chose te fait encore défaut : vends tout ce que tu as, distribue-le aux pauvres et tu auras un trésor dans les cieux. Puis viens, suis-moi* »<sup>4</sup>. Là encore, la réponse rappelle que la seule chose nécessaire est de se détacher de tout ce que l'on possède et de suivre Jésus.

Dans un autre passage de l'Évangile, saint Luc nous parle d'un homme qui veut bien suivre le Christ mais après avoir « *pris congé des siens* »<sup>5</sup>. Là aussi Jésus répond sans hésitation : « *Quiconque met la main à la charrue et regarde en arrière n'est pas fait pour le royaume de Dieu* »<sup>6</sup>. « *Être fait pour* », signifie « correspondre exactement à la place réservée », « être conforme à », « se mouler sur », « être bon pour ».

On retrouve encore ce même enseignement au sujet du « sel de la terre » qui sera jeté dehors s'il s'affadit<sup>7</sup>.

---

<sup>4</sup> Mt 19, 22.

<sup>5</sup> Cf. Lc 9, 61.

<sup>6</sup> Lc 9, 62.

<sup>7</sup> Cf. Mt 5, 13.

### 3) *Disponibilité à la Parole de Dieu*

Il semblerait donc que, dans les différents Évangiles, l'unique nécessaire ne soit autre que l'écoute et méditation de la Parole de Dieu, du Christ, Verbe incarné qui s'est fait chair pour nous. Comme Marie, la sœur de Marthe, nous devons l'accueillir, l'écouter, l'imiter, nous mettre à sa suite.

Mais faut-il en rester à une contemplation immobile ? Le travail, quelle qu'en soit la forme, s'oppose-t-il à la vie intérieure ? La vie intérieure est-elle inaccessible à une multitude de gens sans lesquels la société ne pourrait pas continuer ? Les pratiques de piété et l'acquisition des vertus seraient-elles réservées à une 'élite' ?

De fait, le Christ est pour tous : il est venu pour les pécheurs que nous sommes tous et on ne peut pas identifier à une seule catégorie de 'fidèles', la perfection qu'il nous demande à tous. La frontière entre travail humain et travail spirituel n'est pas évidente. Il n'y a point de travail humain où l'âme n'ait aussi sa part. Celui qui travaille de ses mains engage aussi son esprit : apprendre et appliquer une technique demande une coopération de l'un et de l'autre ainsi qu'une attention de son cœur, de son âme.

Il est clair qu'il y d'autres moyens d'oraison et d'intimité avec Dieu que la méditation et la contemplation. Le travail effectué permet, sans en interrompre le déroulement, de penser à Dieu, de servir Dieu : « Ce qui existe n'existe que par la volonté de Dieu », tout est à lui, tout est par lui, tout est pour lui.



Les évangélistes ne parlent pas beaucoup de saint Joseph artisan, quelques versets seulement au début. Et pourtant, il est au centre de notre histoire humaine : Dieu lui a non seulement confié la Vierge Marie, mais il lui a aussi confié son Fils Unique, Jésus, le Sauveur !

*« La discrétion extrême avec laquelle Joseph accomplit le rôle que Dieu lui avait confié met encore davantage en évidence sa foi, qui consista à se placer toujours à l'écoute du Seigneur, en cherchant à comprendre sa volonté, afin d'obéir à celle-ci de tout son cœur et de toutes ses forces. C'est pourquoi l'Évangile le définit comme un homme "juste"<sup>8</sup>. En effet, le juste est une personne qui prie, qui vit de la foi et qui cherche à accomplir le bien en chaque circonstance concrète de la vie »<sup>9</sup>.*

## Conclusion

Finalement, quel serait l'unique nécessaire ? Il semble qu'il n'y ait pas à opposer l'attitude de Marie et celle de Marthe. L'enseignement de ce passage d'Évangile pourrait peut-être mieux être résumé en une opposition entre le *Faire* et l'*Être* : Marthe « *fait* » et Marie « *est* ». Aussi pourrait-on comprendre la requête de Marthe comme un jugement sur l'attitude de Marie. N'avons-nous pas, nous aussi, de façon plus ou moins consciente, une certaine capacité à imiter ce comportement ? Nous sommes tour à tour actifs et contemplatifs.

---

<sup>8</sup> Mt 1, 19.

<sup>9</sup> Saint Jean-Paul II, Angélus du 17 mars 2002.

Mais si nous ne savons pas vivre chaque instant dans un climat de charité et de respect des personnes, notre activité devient rapidement un esclavage ayant un aspect d'obligation désagréable et de jugement de l'entourage.

Nous ne devons pas oublier que toutes nos occupations, toutes nos pensées, nos projets, nos services, doivent prendre place dans une dynamique de vie qui, pour nous chrétiens, tend à la perfection de la charité.

## **Demande et prière**

Les moments de prière, d'écoute de Dieu et l'activité quotidienne ne s'opposent jamais à l'exercice de la charité. Seigneur, accorde-moi la grâce de comprendre que l'unique nécessaire pour te rendre gloire est de vivre uni à toi : tu es la Vigne et tu m'invites à être sarment vivant de ta sève, de ta vie, de ta charité envers tous, au milieu de tous, avec tous et à chaque instant.

## **Résolution**

Chercher à cultiver notre vie intérieure par tous les moyens possibles.

## Questions

Lire et méditer le chapitre 13 de la lettre aux Corinthiens.

## Marie, modèle de vie intérieure

### 1. Acte préparatoire

Notre culture contemporaine a tendance à ne plus penser et à ne plus parler qu'à travers une vérité « technologique » tandis que la grande vérité, la vérité qui explique l'ensemble de la vie personnelle, humaine et sociale, est regardée avec méfiance et relativisme. Cependant, pour le pape François, la grande question de notre monde contemporain est de savoir qui « *peut réussir à nous unir au-delà de notre 'moi' petit et limité. C'est une question sur l'origine du tout, à la lumière de laquelle on peut voir la destination et ainsi aussi le sens de la route commune* »<sup>10</sup>. C'est une question qui touche à la conscience et à la vie intérieure de chacun d'entre nous. Le pape nous invite à nous tourner vers la Vierge Marie<sup>11</sup> à laquelle nous avons été confiés par le Christ lui-même : prenons-la comme modèle et imitons-la sur le chemin de perfection sur lequel Dieu le Père nous appelle de toute éternité.

---

<sup>10</sup> Pape François, *Lumen Fidei*, § 25.

<sup>11</sup> *Idem*, § 60.

## 2. Objectif à atteindre

« À la plénitude des temps, la Parole de Dieu s'est adressée à Marie, et elle l'a accueillie avec tout son être, dans son cœur » nous dit le pape François dans cette même Encyclique. « Le TOUT de sa fécondité ne prend sens que par le TOUT de son oui : Marie a tout reçu parce qu'elle a tout donné »<sup>12</sup>. Sa foi a porté, porte et portera tout son fruit parce qu'elle a accueilli la Parole de Dieu de tout son être. Elle s'est totalement identifiée à la réponse adressée à l'Ange de l'Annonciation : « Je suis la Servante du Seigneur, que tout se passe pour moi selon ta parole ». Fidèle à sa parole, elle accepta toute la volonté de Dieu et toutes les circonstances qu'il permit.

## 3. Demande

Ô Marie, notre Mère, aide notre foi ! Ouvre notre intelligence à la Parole, pour que nous reconnaissons la voix de Dieu et son appel. Éveille en nous le désir de suivre ses pas, en sortant de notre terre et en accueillant sa promesse. Aide-nous à nous laisser toucher par son amour, pour que nous puissions le toucher par la foi.

---

<sup>12</sup> Cf. idem § 58.

#### **4. Passage de l'Évangile (Jn 19, 25-30)**

*Or, près de la croix de Jésus se tenaient sa mère et la sœur de sa mère, Marie, femme de Cléophas, et Marie Madeleine. Jésus, voyant sa mère, et près d'elle le disciple qu'il aimait, dit à sa mère : « Femme, voici ton fils. » Puis il dit au disciple : « Voici ta mère. » Et à partir de cette heure-là, le disciple la prit chez lui.*

*Après cela, sachant que tout, désormais, était achevé pour que l'Écriture s'accomplisse jusqu'au bout, Jésus dit : « J'ai soif. »*

*Il y avait là un récipient plein d'une boisson vinaigrée. On fixa donc une éponge remplie de ce vinaigre à une branche d'hysope, et on l'approcha de sa bouche. Quand il eut pris le vinaigre, Jésus dit : « Tout est accompli. » Puis, inclinant la tête, il remit l'esprit.*

#### **5. Points pour la méditation**

##### ***a) Sachant que désormais tout était achevé***

Ce passage d'Évangile relate le moment où le Fils achève la mission confiée par le Père : alors qu'il va rejoindre le cœur de la Trinité, le Verbe Incarné dévoile que sa victoire sur la mort couronne le don de la filiation divine pour chaque homme, de tous les temps et jusqu'à la fin du monde. Par cette mort, le Christ fait de tous et de chacun de nous son frère et, avec lui et en lui, le Fils du Père.

En disant à Marie « *Voici ton Fils* », il lui confie Jean, le disciple bien-aimé et, à travers lui, il lui confie toute l'humanité afin qu'elle en soit la Mère. Il fait ainsi, de sa Mère, notre Mère et la Mère de son Église.

Jésus confie aussi sa Mère à son disciple en lui disant : « *Voici ta Mère* ». Jean reçoit le don de Dieu et accueille Marie. Cette filiation est un don gratuit et sans aucun mérite de la part du disciple<sup>13</sup>. Il n'est pour rien dans le fait d'être frère de Jésus, et, ainsi, il devient vraiment fils dans le Fils, selon le plan éternel de Dieu pour l'homme et pour l'Église<sup>14</sup>. A cet instant même, il devient aussi « fils de Marie ».

Le contenu et les conséquences de cet acte dépassent toutes les dimensions et les capacités de l'intelligence humaine. Jésus le sait et, pour que nous puissions tous entrer dans ce mystère pascal, il a promis de nous envoyer « *le Paraclet, l'Esprit de Vérité que le monde ne peut recevoir* »<sup>15</sup>. Ce Paraclet viendra dans le monde après la Résurrection et l'Ascension du Christ dans la gloire du Père. Cet Avocat sera envoyé gratuitement, à chacun, jour après jours, et chacun le recevra librement, selon l'ouverture de tout son être à la grâce reçue de Dieu, son Père.

---

<sup>13</sup> Cf. Ep 2, 8-9.

<sup>14</sup> Ep 1, 4-5.

<sup>15</sup> Cf. Jn 14, 16-17.

## *b) À partir de cette heure-là, le disciple la prit chez lui*

La vie publique de Jésus est terminée, mais le plan de Dieu, lui n'est pas terminé : la filiation divine de l'humanité et celle de chaque homme ne pourra vraiment s'accomplir que sous le regard, l'aide et la protection de Marie. Le Christ nous l'a donnée et c'est à elle qu'il nous a confiés. En acceptant de devenir la Mère du Fils de Dieu, Marie s'est unie à sa personne et à son œuvre : elle est devenue la plus intime collaboratrice de la mission rédemptrice du Fils unique. Jean la prit « chez lui ». Il vivait près d'elle, veillant sur elle mais l'écoutant et méditant toutes ses paroles, ses attitudes, ses silences. Il s'est mis à l'école du Cœur silencieux de Marie : elle vivait « l'unique nécessaire »<sup>16</sup>. La sagesse de Marie n'a rien de comparable avec la sagesse humaine qui ne voit que les apparences. Cette sagesse dépasse ce qui brille, ce qui se voit, qui s'attache aux apparences, à ce qui met l'homme en valeur aux yeux des ceux qui l'entourent. Et cette sagesse lui rappelait la réponse de Marie aux serviteurs des noces de Cana en leur recommandant de faire « tout ce qu'il dirait »<sup>17</sup>.

Marie ne faisait pas de bruit. Elle n'a jamais fait autre chose que d'être au service de son Fils et de tous ceux que le Christ lui a confiés comme ses enfants qu'elle aime infiniment, gratuitement et sans retour. C'est une soumission pleine et entière, dans une liberté absolue. Nul prophète, nul patriarche ne saurait lui être comparé.

---

<sup>16</sup> Cf. Lc 10, 41.

<sup>17</sup> Cf. Jn 2, 5.



Auprès d'elle, l'apôtre pouvait vivre l'exemple que saint Paul a donné aux Galates quand il décrivait les fruits de l'Esprit : joie, paix, serviabilité, bonté, confiance en Dieu, douceur et maîtrise de soi. Marie, « la toute aimée de Dieu », vivait au milieu des autres mais « femme entre toutes les femmes ».

### *c) Seigneur, que dois-je faire ?*

Bien évidemment, nous ne pouvons pas être « comme elle » et ce n'est pas non plus ce que Dieu nous demande : Marie est, comme nous, la fille du Père mais elle est l'épouse de l'Esprit Saint et la

Mère du Fils. Personne n'aura jamais la même intimité qu'elle au cœur de la Sainte Trinité. Personne n'a pu, ne peut et ne pourra jamais faire autre chose que de la vénérer et lui demander son secours et son aide.

Avec saint Jean, contemplons-la. L'Évangile ne rapporte que très peu de paroles de Marie : en la contemplant, nous entendons peut-être le proverbe nous dire que « la parole est d'argent et que le silence est d'or » ? Et nous ? Que le Seigneur nous fasse miséricorde pour toutes nos paroles inutiles !

Le péché originel a fait tomber sur nous les ténèbres de l'orgueil et de la vanité. Nous avons souvent une tendance hypocrite à nous contenter d'être « fidèles aux commandements », d'être des « chrétiens de balcon » comme dit le Saint-Père. D'où viennent

les paroles de critique ? D'un profond orgueil, de la prétention, de l'estime de nous-mêmes et d'une amertume contre le prochain, regardant agir les autres en les jugeant selon nos critères à nous, oubliant que c'est avec « *la mesure dont je me sers que je serai mesuré* »<sup>18</sup>.

Marie est le modèle du renoncement. La seule chose qui l'intéresse et la guide, c'est la gloire de Dieu. Elle n'est attachée qu'au bien à faire, secourir les pauvres, soulager les blessures et les souffrances, intercéder pour celui qui est seul ou isolé, celui qui est tombé, celui qui n'a plus d'espérance et qui, peut-être, ne sait plus que lever les yeux vers elle. Seigneur, ouvre mon cœur et mes mains.

### ***Conclusion***

Marie est en tout et toujours l'Arche d'alliance entre le Ciel et la terre, cette Arche qui vient au milieu des éclairs et des tremblements. C'est la femme couronnée d'étoiles que le soleil enveloppe alors que la lune est sous ses pieds<sup>19</sup>. C'est aussi celle qui doit écraser la tête du démon, celle qui est éternellement hostile au démon et à ses anges<sup>20</sup>.

Si le récit de la Genèse nous raconte la chute de nos premiers parents et que nous voyons la coopération d'Ève à la perte de la grâce, nous savons que la divine Providence ne veut pas que la création se perde.

---

<sup>18</sup> Cf. Mt 7, 2

<sup>19</sup> Cf. Ap 12, 1.

<sup>20</sup> Cf. Gn 3, 15.

Il nous a envoyé son Fils, source de la grâce et a institué Marie médiatrice pour le passage de la grâce entre Dieu et la créature.

Dans le mystère de Dieu, Marie a donné naissance à la Tête du Corps, c'est aussi par sa médiation que nous pouvons vivre notre foi d'enfants de Dieu et frères du Christ.

## **Prière**

Ô Marie, Vierge immaculée, prends-moi sous ta protection particulière et garde la pureté de mon âme, de mon cœur et de mon corps. Tu es le modèle et l'étoile de ma vie<sup>21</sup>. Marie, Mère de la

Miséricorde, intercède pour que ton Fils étende son bras sur notre monde afin qu'il s'ouvre à la Vérité unique et éternelle.

## **Résolution**

Offrir et vivre chaque instant de ma vie avec Marie, en elle, par et pour elle, selon les demandes de saint Louis-Marie Grignon de Montfort.

---

<sup>21</sup> Prière de Sœur Faustine Kowalska, Petit Journal, § 874.

## Questions

1. En cette année de la Miséricorde, que représente pour moi la vie intérieure ? Est-elle une richesse à découvrir, à développer et à mettre en valeur ?
2. Ma vie a-t-elle un sens ? Quel est le but que je recherche ? Quelle est ma foi en Jésus ressuscité, vainqueur de la mort ?
3. Que représente pour moi l'Assomption de la Très Sainte Vierge Marie ? Est-ce le triomphe de sa vie silencieuse, docile et totalement livrée à la volonté et à la gloire du Seigneur ?
4. Vie intérieure et intimité avec mon Seigneur : quel en est mon désir, quelle en est ma soif et quelle en est mon espérance?