



REGNUM CHRISTI

Retraite mensuelle



BETHLÉEM, LE MYSTÈRE DU CORPS LIVRÉ



1^{re} méditation

Naissance de Jésus et visite des bergers

2^e méditation

Le Pain véritable

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 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.
- 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^{re} méditation

Naissance de Jésus et visite des bergers

Introduction

Nous allons célébrer Noël, mémoire de la naissance de Jésus le Sauveur : fête de la joie, fête de l'enfance du Fils de Dieu, fête de tous ceux qui appartiennent à ce Fils. Aujourd'hui, nous voudrions nous laisser habiter par Dieu, lui faire une confiance infinie, nous laisser habiter par sa force et sa puissance comme un enfant admirant la puissance de son père et qui se réfugie sous sa protection.

Les évènements actuels dans l'Église peuvent provoquer des mouvements d'inquiétude, d'incompréhension, de désorientation, et même parfois de colère. Le provincial de la congrégation des légionnaires du Christ et du mouvement *Regnum Christi* pour l'Europe occidentale et centrale, en proposant écoute et secours à ceux que ces évènements déstabilisent, écrivait : « (...) *nous devons nous sentir responsables face à ceux qui, en raison de l'ampleur de ces d'abus, doutent désormais de Dieu, de l'Église, des évêques et du Saint-Père. Beaucoup cherchent aujourd'hui une oreille attentive, quelqu'un à qui ils pourraient ouvrir leur cœur, quelqu'un qui, tout simplement, les*

écoute. Encourageons tous les croyants à soutenir l'Église sur le nécessaire chemin de la purification intérieure. »¹

Au centre des nombreuses informations diffusées par les différentes sources d'information, gardons la position que saint Paul recommande aux Corinthiens : « *Que tout se passe chez vous dans la charité* »², ainsi, dans la paix du Christ, nous pourrons, à notre tour, apaiser ceux qui sont plus ou moins profondément troublés.

Demande

Au cœur de cette tempête qui agite l'Église et fait monter l'inquiétude chez beaucoup de fidèles, tournons-nous vers le Christ et implorons-le de calmer la tempête qui se déchaîne, sans oublier le reproche paisible adressé à Pierre au sujet du manque de foi et de confiance que manifestait sa demande.

Seigneur, augmente ma foi !

Évangile (Luc 2, 8-18)

(...) Dans la même région, il y avait des bergers qui vivaient dehors et passaient la nuit dans les champs pour garder leurs troupeaux. L'ange du Seigneur se présenta devant eux, et la gloire du Seigneur les enveloppa de sa lumière. Ils furent saisis d'une grande crainte.

¹ Lettre du P. Valentin Gögele, LC, 28 septembre 2018.

² 1 Co 16, 14.

Alors l'ange leur dit : « Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une bonne nouvelle, qui sera une grande joie pour tout le peuple : aujourd'hui, dans la ville de David, vous est né un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur. Et voici le signe qui vous est donné : vous trouverez un nouveau-né emmailloté et couché dans une mangeoire. »

Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en disant : « Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'il aime. »

Lorsque les anges eurent quitté les bergers pour le ciel, ceux-ci se disaient entre eux : « Allons jusqu'à Bethléem pour voir ce qui est arrivé, l'événement que le Seigneur nous a fait connaître. » Ils se hâtèrent d'y aller, et ils découvrirent Marie et Joseph, avec le nouveau-né couché dans la mangeoire. Après avoir vu, ils racontèrent ce qui leur avait été annoncé au sujet de cet enfant. Et tous ceux qui entendirent s'étonnaient de ce que leur racontaient les bergers. Marie, cependant, retenait tous ces événements et les méditait dans son cœur.

Points pour la méditation

1. Il y avait des bergers qui vivaient dehors et passaient la nuit dans les champs pour garder leurs troupeaux.

Ce n'est pas aux grands du monde romain, à l'empereur lui-même, celui dont l'empire s'étendait sur toutes les terres connues autour de la mer Méditerranée, que l'ange est envoyé. C'est aux bergers, les petits et les humbles. Il leur annonce une grande joie qui sera celle de tout le peuple !

Contraste sur toute la ligne : en face du faste impérial, un enfant nouveau-né couché dans une mangeoire, que personne ne vient voir. Le recensement que l'empereur a ordonné, lui qui a « *pleins pouvoirs terrestres* », a obligé le Sauveur du monde et de tout l'univers, Jésus, à naître à Bethléem, dans une étable, loin de tout.

Autour de Marie et de l'enfant, Luc ne signale que les bergers, hommes ayant peu d'instruction et que leur métier tient à l'écart de la synagogue, hommes, souvent même jugés peu fréquentables. Pourtant, c'est par eux, aujourd'hui, que Dieu veut annoncer la naissance du Sauveur du monde, promis et annoncé par les Prophètes. Grandeur humaine et puissance divine : ici, les deux réalités sont face à face mais la seule vraie grandeur est celle de cet enfant que Marie, sa Mère dépose dans une mangeoire : naissance inconnue des foules qui est un message de joie éternelle pour le monde entier.

2. *Et l'ange leur dit : « Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une bonne nouvelle. »*

L'ange dut apaiser leur crainte. Avant même qu'ils aient pu voir l'enfant et sa Mère, la gloire du Seigneur les avait enveloppés. Alors qu'ils ne pouvaient pas même imaginer ni comprendre ce que cette nouvelle annonçait, une foule immense de l'armée céleste était là et chantait la gloire de Dieu. Ces bergers pouvaient-ils réaliser qu'à ce moment unique, « *l'inaccessible voulant être accessible (...) le Seigneur de l'univers, voilant la grandeur de sa majesté, prit la nature de serviteur* ». ³

³ Audience générale, Benoît XVI, 4 janvier 2012.

3. *Ils se hâtèrent d'y aller, et ils découvrirent Marie et Joseph, avec le nouveau-né couché dans la mangeoire.*

En entrant dans la grotte, ils ne virent rien qu'un homme, et une femme toute simple dont les gestes manifestaient son rôle maternel, le nourrissant, le langeant, le berçant, lui souriant.

Pouvaient-ils comprendre ce dont ils étaient témoins ? Marie s'occupait de celui que l'archange Gabriel lui avait annoncé et que l'Esprit Saint avait engendré en elle. Elle allait appeler « Jésus » cet enfant qui répondait au dessein du Père de sortir l'humanité de l'influence et de l'emprise de Satan. Marie, accomplissait sa mission de toute la force de sa foi et remplissait maintenant le rôle promis à Dieu au moment de l'Annonciation : « *Je suis la servante du Seigneur.* » Et Marie méditait toutes ces choses en son cœur.

Conclusion

Cet enfant s'offrira pour tous les hommes. Il s'offrira par sa vie et son enseignement donné à ses apôtres, au milieu des joies, des peines, des rejets, jusqu'à la croix. Il l'offrira en se donnant comme Pain de Vie pour que chaque homme puisse rejoindre le Père et que la vie trinitaire soit instaurée en chacun.

Prière

Seigneur, accorde-moi la grâce de te rester fidèle au milieu des tourments, des obstacles et difficultés de toutes sortes. Accorde-moi

la grâce de chercher à vivre ce que l'Esprit Saint me demande pour être véritablement ton enfant adoptif.

Résolution

Prier Marie et vivre le plus généreusement possible ce que la vie me demandera.

2^e méditation

Le Pain véritable

Introduction

L'Incarnation est le mystère de la grâce auquel Dieu veut nous faire vivre en totale et parfaite union avec lui : prédestinés à reproduire son image, il veut nous communiquer son Esprit et faire de nous ses « *cohéritiers du Christ* »⁴, destinés à partager sa la gloire.

Pour accomplir le premier temps de cet échange, le Serviteur de Dieu, le Sauveur des hommes, nous affranchit du péché en prenant notre condition humaine. Le second acte de cet admirable échange élève la nature humaine jusqu'à la dignité divine. Là, nous pouvons réellement, vraiment et intimement participer à sa nature divine : dans sa lettre aux Galates, saint Paul écrira : « *Quand vint la plénitude du temps, Dieu envoya son Fils, né d'une femme, né sujet de la Loi, "afin de racheter les sujets de la Loi et de nous conférer l'adoption filiale."* »⁵ Le jour de

⁴ Cf. Rm 8, 17.

⁵ Gal 4, 4-5.

Noël nous a permis de célébrer cet abaissement impensable nous ouvrant le chemin pour participer à sa gloire éternelle.

Demande

La constitution pastorale *Gaudium et Spes*⁶ nous explique que notre mystère humain ne s'éclaire que dans le mystère du Verbe incarné qui manifeste pleinement l'homme à lui-même et lui découvre la sublimité de sa vocation. Saint Léon le Grand⁷ avait déjà affirmé cette inexprimable condescendance de la divine miséricorde du Créateur qui a « *déterminé d'avance que nous serions pour lui des fils adoptifs en Jésus-Christ* ». ⁸

Seigneur, non seulement je suis dans ta main comme si j'étais ton unique souci, mais tu veux aussi être UN avec moi.

Évangile (Jn 17, 1-2 ; 20-23)

Ainsi parla Jésus. Puis il leva les yeux au ciel et dit : « Père, l'heure est venue. Glorifie ton Fils afin que le Fils te glorifie. Ainsi, comme tu lui as donné pouvoir sur tout être de chair, il donnera la vie éternelle à tous ceux que tu lui as donnés.

Or, la vie éternelle, c'est qu'ils te connaissent, toi le seul vrai Dieu, et celui que tu as envoyé, Jésus Christ. Et pour eux je me sanctifie moi-même, afin qu'ils soient, eux aussi, sanctifiés dans la vérité.

⁶ *Gaudium et Spes*, 22.

⁷ Pape du 5^e siècle.

⁸ Ep 1, 5.

Je ne prie pas seulement pour ceux qui sont là, mais encore pour ceux qui, grâce à leur parole, croiront en moi. Que tous soient un, comme toi, Père, tu es en moi, et moi en toi. Qu'ils soient un en nous, eux aussi, pour que le monde croie que tu m'as envoyé.

Et moi, je leur ai donné la gloire que tu m'as donnée, pour qu'ils soient un comme nous sommes UN : moi en eux, et toi en moi. Qu'ils deviennent ainsi parfaitement un, afin que le monde sache que tu m'as envoyé, et que tu les aimes comme tu m'as aimé.

Points pour la méditation

1. *Père, l'heure est venue. Glorifie ton Fils afin que le Fils te glorifie.*

C'est la veille de la Passion, le Christ partage le dernier repas avec ses apôtres et ses disciples : l'heure est solennelle. Il prie son Père et dit à ses disciples « *qu'il a ardemment désiré manger cette Pâque avec eux avant de souffrir* ». ⁹ Il demande à son Père, qui est aussi notre Père, de le glorifier pour que lui, le glorifie à son tour. C'est la veille de son agonie à Gethsémani. Il sait que les heures qui viennent seront angoissantes. Il demande la force de la fidélité. Il faut qu'il puisse donner la vie éternelle à ceux qui sont là, tous ceux que le Père lui a donnés. Il accepte la trahison de Judas, le reniement de Pierre, sa croix, l'humiliation infinie avec le couronnement d'épines et la flagellation, il accepte sa mort ignominieuse.

⁹ Lc 22, 15.

2. *Et pour eux je me sanctifie moi-même, afin qu'ils soient, eux aussi, sanctifiés dans la vérité.*

Il accepte de mourir à cause de la méchanceté humaine : il accepte le poids du rachat du péché de la nature humaine. Il sait qu'il est là pour toute l'humanité et prie pour nous et pour tous ceux qui seront ses disciples et ses fidèles. Il intercède pour que nous recevions sa vie éternelle. Il est débordant de miséricorde et demande à son Père de nous « *garder du mauvais* ». ¹⁰ Il reste totalement fidèle à l'accomplissement de la volonté de son Père.

3. *(...) pour qu'ils soient un comme nous sommes UN : moi en eux, et toi en moi.*

C'est ce désir ardent qui l'habite au moment du dernier repas partagé avec les siens et où il leur distribue le pain et le vin, ces aliments de vie éternelle, ceux que nous recevons à chaque fois que nous participons à la sainte communion. Au cours de la messe, apportant nos offrandes, le pain et le vin, fruits de la terre et du travail des hommes, nous demandons qu'ils soient sanctifiés. À la messe, nous présentons à Dieu ce qui est nôtre : le pain et le vin, fruits de la terre et du travail des hommes, pour qu'il les accepte et les « *transsubstantifie* ». En se donnant à nous à travers ces offrandes, nous recevons son Corps et son Sang et chacun de nous est rendu participant de sa vie divine.

¹⁰ Jn 17, 15.

Là, de manière réelle, dans cet échange merveilleux de l'Eucharistie, il nous communique sa vie : nous sommes UN avec lui et lui est UN avec nous.

Conclusion

Le pape Benoît XVI disait dans son homélie du 5 janvier 2012 : « *Dans le mystère de l'Incarnation, Dieu, après avoir parlé et être intervenu dans l'histoire à travers des messages et des signes, 'est apparu', il est sorti de sa lumière inaccessible pour illuminer le monde* » et se faisant l'un de nous il est venu nous illuminer de sa gloire et nous prendre avec lui dans sa miséricorde pour que nous puissions participer avec lui à la Rédemption du monde.

Prière

Seigneur, que le sacrement reçu pendant cette célébration eucharistique me permette d'augmenter ma foi pour qu'elle se communique à ceux que tu mets sur mes pas.

Résolution

Prendre un temps d'adoration devant le Saint-Sacrement.