



REGNUM CHRISTI

Retraite mensuelle



Silence contemplatif devant le mystère



1^{re} méditation

Joseph le juste

2^e méditation

Participation à l'Eucharistie

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

Joseph le juste

Introduction

Une magnifique chapelle dédiée à saint Joseph se trouvait dans la basilique érigée par sainte Hélène à Jérusalem, là où les vestiges de la vraie croix du Christ avaient été retrouvés. Cependant, même si le point de départ de cette vénération remontait à la louange désignant l'époux de Marie et le père adoptif de Jésus comme un « *homme juste* »¹, il semblerait qu'elle ne se soit vraiment implantée chez nous qu'aux environs du 15^e siècle. Ensuite, grâce à différents promoteurs, la date de la fête de saint Joseph le 19 mars fut autorisée au calendrier romain avec confirmation de cette approbation par plusieurs pontifes romains. Finalement, en 1726, le pape Benoît XIII autorisa l'insertion du nom de saint Joseph dans la litanie des saints et, en décembre 1870, le saint patriarche fut déclaré « *saint patron de l'Église catholique* » par le pape Pie IX, selon les vœux des fidèles et des évêques.

¹ Mt 1, 19.

Demande

Dans ta bonté, Seigneur, accorde-moi la grâce d'imiter saint Joseph dont la discrétion attire mon attention : il savait prier paisiblement, prier longuement, prier pour pouvoir accomplir la volonté du Père pour le bien de tous : vie de discernement qui entend et comprend la volonté de Dieu et qui permet de rendre nos paroles et nos actes conformes à cette volonté. Seigneur, que le climat de silence qui entoure saint Joseph imprègne ma vie intérieure et soutienne tout mon apostolat.

Évangile (Mt 1, 18-25)

Or, voici comment fut engendré Jésus Christ : Marie, sa mère, avait été accordée en mariage à Joseph ; avant qu'ils aient habité ensemble, elle fut enceinte par l'action de l'Esprit Saint.

Joseph, son époux, qui était un homme juste, et ne voulait pas la dénoncer publiquement, décida de la renvoyer en secret. Comme il avait formé ce projet, voici que l'ange du Seigneur lui apparut en songe et lui dit : « Joseph, fils de David, ne crains pas de prendre chez toi Marie, ton épouse, puisque l'enfant qui est engendré en elle vient de l'Esprit Saint ; elle enfantera un fils, et tu lui donneras le nom de Jésus (c'est-à-dire : Le-Seigneur-sauve), car c'est lui qui sauvera son peuple de ses péchés. »

Tout cela est arrivé pour que soit accomplie la parole du Seigneur prononcée par le prophète : « Voici que la Vierge concevra, et elle enfantera un fils ; on lui donnera le nom d'Emmanuel, qui se traduit : « Dieu-avec-nous ».

Quand Joseph se réveilla, il fit ce que l'ange du Seigneur lui avait prescrit : il prit chez lui son épouse, mais il ne s'unit pas à elle jusqu'à ce qu'elle enfante un fils, auquel il donna le nom de Jésus.

Points pour la méditation

1. *Marie, la Mère de Jésus-Christ avait été accordée en mariage à Joseph.*

Mais qui était ce Joseph ? Mentionné par Luc et Matthieu au début de leurs Évangiles, Joseph était charpentier à Nazareth. C'est un « *homme juste* » signifiant ainsi sa totale ouverture au dessein de Dieu pour lui, avec lui et par lui : sa sainteté correspond à son obéissance de chaque instant. Aucun texte évangélique ne rapporte de paroles de Joseph : c'est le grand silencieux des Écritures. Matthieu explique qu'il écoute un ange qui lui parle pendant qu'il dort : avant d'agir, Joseph écoute.

Issu de Jessé et de David, il est aussi descendant de la tribu de Juda que Jacob avait bénie avant de mourir². Au début de l'Évangile de Matthieu donc, Joseph écoute l'ange lui parler au cours d'un songe. Celui-ci lui demande d'abord de prendre Marie chez lui³ puis, après la naissance de l'enfant, il doit partir en Égypte pour fuir le cruel Hérode⁴ et, enfin, une fois le péril passé⁵, il lui est demandé de revenir à Nazareth.

² Cf. Gn 49, 8-12.

³ Cf. Mt 1, 20.

⁴ Cf. Mt 2, 13.

⁵ Cf. Mt 2, 22.

2. Avant qu'ils aient habité ensemble, elle fut enceinte.

Joseph accepte ses fiançailles avec Marie mais survient alors une situation où la position de Joseph est difficile, désagréable et plus ou moins risquée.

Alors qu'il est persuadé de la vertu de Marie, il comprend qu'elle est enceinte. Il ne veut ni la trahir ni la soumettre à la vindicte publique : La loi juive indiquait que, dans un cas semblable, si l'homme ne lui remettait pas un certificat de répudiation, la femme serait lapidée. Envisage-t-il alors de donner un tel certificat à sa fiancée ? On ne sait pas mais avant qu'il ne passe à l'acte, la voix de l'ange apaise sa conscience : « *Ne crains pas de prendre Marie chez toi car ce qui a été engendré en elle vient de l'Esprit Saint.* »

Que peut bien signifier pour nous cette relation surnaturelle entre Joseph et Dieu ? Nous voyons que silence et recueillement sont au centre de la vie spirituelle de Joseph et nous pouvons le constater au moment de l'intervention expliquant l'acte de l'Esprit Saint lui-même auprès de Marie. Ici, l'ange lui demande de prendre Marie chez lui. Ce conseil ravit Joseph : la lumière lui est donnée et il comprend qu'il sera le protecteur de Marie et de l'enfant auquel il donnera le nom que l'ange lui avait indiqué : « *Tu lui donneras le nom de Jésus, c'est-à-dire Le-Seigneur-Sauve* ».

3. Il prit Marie chez lui

Cette situation est le fruit d'une obéissance continuelle manifestée depuis toujours. Dieu le Père intronise Joseph, le juste, comme

protecteur de Marie et de Jésus, c'est-à-dire protecteur de l'Église naissante et ceci jusqu'au jour du retour glorieux du Christ à la fin des temps.

Si l'Évangile, reconnu par l'Église, ne nous rapporte que bien peu de paroles de Marie, il est bien connu qu'il ne rapporte aucune parole de Joseph. Il est évident que Joseph est un homme silencieux et son silence est plus éloquent que bien des discours ou même que bien des commentaires au sujet de tout et n'importe quoi. Le silence est bien plus important que l'expression des pensées terrestres si fréquentes en chacun ici-bas.

Conclusion

Que devons-nous tirer de ces faits qui sont éternels, vécus aujourd'hui comme hier, et qui sont à vivre jusqu'au retour glorieux du Sauveur ?

L'attitude fondamentale de Joseph est une attitude de confiance et d'abandon à Dieu. C'est, selon l'évangéliste, « *un homme juste* » et les Saintes Écritures précisent que « *le juste vit de sa foi* »⁶. À part Marie, son épouse et Mère du Rédempteur, aucune créature n'a vécu une telle foi. Joseph a traversé toutes les incertitudes qui ont jalonné sa vie de souffrances et de perplexités nombreuses.

Mais, alors qu'il devait traverser ces situations compliquées et angoissantes, l'ange lui assurait la présence de Dieu en lui

⁶ Rm 1, 17.

demandant de « *prendre Marie chez lui* ». Joseph n'hésite plus et ne raisonne pas davantage : il prend Marie avec lui, puis il l'accompagne en Égypte où il doit trouver un endroit pour que l'enfant puisse grandir à l'abri de la traque meurtrière contre lui ; il revient ensuite en Galilée, à Nazareth, avec l'enfant et sa mère.

Donc, de la part de Joseph : obéissance absolue et consécration totale à la mission confiée par le Créateur et Père pour la protection de toute la vie de l'Église, depuis l'Annonciation de l'Incarnation jusqu'à la gloire au ciel, en présence de Dieu et de toute la cour angélique.

Prière

Saint Joseph, je me mets sous votre protection et je suis certain que vous m'aidez à remplir la mission toute simple que le Seigneur a désirée pour moi. Enseignez-moi à vivre de foi silencieuse et d'abandon à Dieu pour le servir là où il m'a placé.

Résolution

Réciter le samedi, jour de saint Joseph, une prière lui demandant secours et protection de la paix dans le monde et du secours dans les difficultés actuelles de l'Église.

On peut s'inspirer de cette prière :

Ô saint Joseph que Dieu a choisi pour être son image sur la terre, homme de prière, de labeur et de silence, élu comme mari et protecteur de la Vierge Marie, pour père et éducateur de l'enfant Jésus, nous vous saluons.

Régnez sur l'Église comme vous avez régné sur son berceau à Nazareth ; régnez sur notre pays, sur nos maisons, sur nos familles et sur toute l'Église répandue dans le monde aujourd'hui.

2^e méditation

Participation à l'Eucharistie

Introduction

Le premier jour des azymes, les apôtres s'étaient approchés de Jésus, en lui demandant où il voulait célébrer la Pâque⁷. La mentalité juive de ce temps célébrait « *le sacrifice perpétuel pour le salut du monde* » et, pour le peuple, « *faire mémoire* » n'était pas simplement « se souvenir » mais c'était vivre maintenant la réalité présente de la miséricorde de Dieu. C'est dans cet esprit que les apôtres voulaient vivre ce « *premier jour de la fête des Azymes* ». Pour eux, il n'était pas question et ils n'imaginaient pas que le Seigneur « présenterait » lors de ce repas l'offrande de sa vie qu'il vivait au milieu d'eux depuis son Incarnation.

Demande

Dans ton infinie bonté, Seigneur, accorde-moi la grâce de participer vraiment et sincèrement à ton sacrifice rédempteur. Augmente en

⁷ Cf. Mt 26, 17.

moi la foi et accorde-moi la grâce qui me permettra de vivre avec force et conviction les difficultés, les souffrances, tout comme les joies de chaque jour. Que cette vie au quotidien m'associe à tout ce que tu as offert pour ton Église, ton Corps mystique, dont nous, les baptisés, sommes les membres.

Évangile (Mt 26, 26-30)

Pendant le repas, Jésus, ayant pris du pain et prononcé la bénédiction, le rompit et, le donnant aux disciples, il dit : « Prenez, mangez : ceci est mon corps. Puis, ayant pris une coupe et ayant rendu grâce, il la leur donna, en disant : « Buvez-en tous, car ceci est mon sang, le sang de l'Alliance, versé pour la multitude en rémission des péchés. Je vous le dis : désormais je ne boirai plus de ce fruit de la vigne, jusqu'au jour où je le boirai, nouveau, avec vous dans le royaume de mon Père. » Après avoir chanté les psaumes, ils partirent pour le mont des Oliviers.

Points pour la méditation

1. *Pendant le repas, Jésus, ayant pris du pain et prononcé la bénédiction (...)*

Aujourd'hui et depuis cet instant, cette « bénédiction » est la consécration au cours de laquelle l'Esprit Saint, par l'intermédiaire du prêtre qui préside l'assemblée eucharistique, réalise la transsubstantiation des espèces sacramentelles qui deviennent la

chair et le sang du Seigneur. Nous sommes invités à participer à la messe, à nous rassembler devant le tabernacle, à prier ensemble ou seul, en adoration, vénérant le mystère insondable de cette présence : Notre Seigneur, le Verbe incarné, est là, présent devant nous pour chacun de nous personnellement !

Chaque messe traduit l'intensité de son amour pour les hommes, ses frères, ceux qu'il est venu rétablir dans l'amour du Père. Lors de la consécration, le mystère de l'Incarnation du Fils est vécu en sa totalité : la nature divine unie à la nature humaine se donne en sacrifice pour anéantir le péché de l'homme : au moment de la Passion et de la crucifixion, le Seigneur, ayant affronté la perversité du démon, nous remet dans l'amour du Père. Ayant offert sa vie humaine au milieu des souffrances, le Christ ressuscité remonte, glorieux, nous préparer une place auprès de son Père⁸ qui est aussi le nôtre.

Le seul rappel de l'intensité de ses souffrances justifierait l'infini respect dont l'Église et chaque fidèle entourent ce sacrement. Mais Jésus a voulu cette présence au tabernacle pour être réellement et perpétuellement avec nous : il veut être à notre écoute et partager nos joies, nos peines, nos difficultés, les conséquences de nos erreurs ainsi que nos témoignages d'affection et de reconnaissance pour tout le bien qu'il permet dans le monde à chaque instant. Il est toujours là, avec nous !

⁸ Cf. Jn 14, 2-3.

2. (...) il dit : « Prenez, mangez : ceci est mon corps (...) Buvez-en tous, car ceci est mon sang, le sang de l'Alliance, versé pour la multitude en rémission des péchés. »

Au moment de la consécration, le célébrant tient l'hostie entre ses mains et dit : « Ceci est mon corps (...) ». Ici, nos yeux ne discernent que l'aspect du pain, mais, en vérité, par l'action de l'Esprit Saint, c'est le corps du Christ qui est là.

« Ceci est mon sang » : puis, élevant le calice contenant le vin auquel une goutte d'eau a été ajoutée, symbole de notre union au sacrifice du Christ, le célébrant consacre le vin qui devient le sang du Christ « versé pour vous (...) ». C'est la coupe de la « nouvelle Alliance pour vous en rémission des péchés (...) ».

Cette consécration perpétue celle que le Seigneur a réalisée le jour des azymes, en présence des apôtres : et maintenant, par le ministère de ses prêtres, le Christ s'offre à chaque célébration eucharistique pour la gloire de Dieu et le salut du monde et il nous offre avec lui. C'est la nouvelle Alliance entre le Père et chacun de nous.

3. (...) désormais je ne boirai plus de ce fruit de la vigne jusqu'au jour où je le boirai, nouveau, dans le royaume de mon Père.

Alors même que nous n'en saisissons ni la portée ni la profondeur, nous savons la vérité de ce qui s'est passé. Jésus est venu nous montrer jusqu'où va la miséricorde de notre Créateur et Père, Dieu de tendresse et de pitié. Sur la croix, nous sommes devant ce

mystère insondable auquel nous sommes invités à participer. Nous sommes invités à « *revêtir l'homme nouveau, créé selon Dieu, dans la justice et la sainteté qui viennent de la vérité* ». ⁹ Nous sommes invités à prendre part à l'Alliance entre Dieu et son peuple, à participer à cette Alliance dans la tendresse et la pitié. Et la célébration du sacrifice perpétuel du Fils nous associe à lui et il nous donne sa vie : « *Celui qui mange de ce pain vivra à jamais* » ¹⁰ avait-il dit à ses auditeurs à Capharnaüm.

« (...) *Je ne boirai plus de ce fruit jusqu'au jour où je le boirai dans le royaume de mon Père.* » Et là, à la fin de ce repas, le Christ annonce qu'il ne célébrera plus avec eux jusqu'au jour où il retrouvera tous ses fidèles dans le royaume de son Père, où il fera communion avec eux d'une manière plus intime encore, jour où tout atteindra sa perfection.

Conclusion

Ce passage d'Évangile nous ouvre une multitude de pistes de réflexion. Notre attitude ne peut être qu'une méditation-contemplation de ce mystère d'amour insondable dont la profondeur nous échappera toujours jusqu'au dernier jour « *car nous voyons à présent comme dans un miroir, en énigme, mais alors ce sera face et face. À présent, je connais d'une manière partielle, mais alors je connaîtrai comme je suis connu.* » ¹¹

⁹ Ep 4, 24.

¹⁰ Jn 4, 58.

¹¹ 1 Co 13, 12.

Ici, que faire d'autre que de méditer, contempler, prier et demander pardon pour notre indifférence aussi profonde que le mystère eucharistique lui-même ?

Prière

Seigneur, accorde-moi de savoir te demander sincèrement et profondément pardon de toute l'indifférence et de toute la tiédeur que tu trouves en mon cœur lorsque je communie à ton repas eucharistique.

Résolution

Devant le Saint-Sacrement, approfondir avec l'Esprit Saint, l'union intime à laquelle je suis invité et approfondir ce que le Catéchisme de l'Église catholique précise à ses lecteurs : « *Communier, c'est recevoir le Christ lui-même qui s'est offert pour nous.* »¹²

¹² Catéchisme de l'Église catholique, 1992, § 1382.