

Dans l'élan

# de Marie

## Introduction

Pour les JMJ 2023 à Lisbonne le pape François a choisi le thème "Marie se leva et partit en hâte". Cette phrase de l'évangile de Luc est à la jonction entre deux épisodes qui se suivent : l'annonciation où Marie accepte une mission qui va bouleverser sa vie, et la visitation où Marie part aider sa cousine âgée Elisabeth.

Prie en Chemin et le Réseau Magis vous proposent une semaine de prière avec Marie, l'occasion de se mettre en route, que l'on participe ou non aux JMJ 2023.

Méditations bibliques, exercices pratiques, contemplation, témoignages ou relecture, 15 min par jour pour laisser l'Esprit Saint mettre nos pas dans ceux de Marie, dans la dynamique spirituelle que le Pape propose pour les JMJ de cet été. Une véritable invitation à s'élancer sur le chemin que Dieu nous appelle à tracer !



### Jour 1

#### Accueillir un message dans ma vie

Méditation de l'Annonciation

### Jour 2

#### Et si le message mettait du temps à devenir clair

Témoignage - Guillaume Rossignol

### Jour 3

#### Et moi je marche comment ?

Exercice pratique - Marcher et méditer

### Jour 4

#### La joie de l'Esprit

Méditation de la Visitation

### Jour 5

#### Marie se leva et partit en hâte

Contemplation d'œuvre d'art

### Jour 6

#### Reconnaître ce qui est bon et dire merci

Exercice pratique - Comme Elisabeth, bénir

### Jour 7

#### Relire mon parcours

Relecture de la semaine

## Méditation

Aujourd'hui, pour entrer dans cette retraite, nous sommes invités à prier avec le texte de l'Annonciation, par lequel tout commence.

Je demande au Seigneur d'entrer dans la retraite avec un cœur large et généreux, attentif à sa parole.  
Au nom du Père, du Fils et du St Esprit, amen.



L'Annonciation est relatée au chapitre 1 de l'évangile selon Saint Luc.

Le sixième mois, l'ange Gabriel fut envoyé par Dieu dans une ville de Galilée, appelée Nazareth, à une jeune fille vierge, accordée en mariage à un homme de la maison de David, appelé Joseph ; et le nom de la jeune fille était Marie. L'ange entra chez elle et dit : « Je te salue, Comblée-de-grâce, le Seigneur est avec toi. » À cette parole, elle fut toute bouleversée, et elle se demandait ce que pouvait signifier cette salutation. L'ange lui dit alors : « Sois sans crainte, Marie, car tu as trouvé grâce auprès de Dieu. Voici que tu vas concevoir et enfanter un fils ; tu lui donneras le nom de Jésus. Il sera grand, il sera appelé Fils du Très-Haut ; le Seigneur Dieu lui donnera le trône de David son père ; il régnera pour toujours sur la maison de Jacob, et son règne n'aura pas de fin. » Marie dit à l'ange : « Comment cela va-t-il se faire puisque je ne connais pas d'homme ? » L'ange lui répondit : « L'Esprit Saint viendra sur toi, et la puissance du Très-Haut te prendra sous son ombre ; c'est pourquoi celui qui va naître sera saint, il sera appelé Fils de Dieu. Or voici que, dans sa vieillesse, Élisabeth, ta parente, a conçu, elle aussi, un fils et en est à son sixième mois, alors qu'on l'appelait la femme stérile. Car rien n'est impossible à Dieu. » Marie dit alors : « Voici la servante du Seigneur ; que tout m'advienne selon ta parole. » Alors l'ange la quitta.

Textes liturgiques de l'AELF

1. Il y a beaucoup de noms dans ce passage : Nazareth ; Joseph ; et enfin, le nom de la jeune fille, qui était Marie. Je laisse résonner ces noms en moi, et à mon tour, je nomme ce qui fait le cadre de ma vie : la ville où je suis né, celle où je vis, les prénoms de mes proches, et enfin mon prénom.

2. L'ange entre dans la maison de Marie. Il la rejoint dans son quotidien, dans son lieu de vie. Et moi, si l'ange voulait me rejoindre dans mon quotidien, où viendrait-il ? Chez moi ? A mon travail ? Dans un lieu où je suis engagé ? Je confie au Seigneur les différents lieux de ma vie.

3. Dans les représentations traditionnelles de l'Annonciation, Marie est en train de lire la Bible quand l'ange entre chez elle. Cela montre sa disposition intérieure d'écoute qui lui permet de répondre à l'appel de Dieu.

Et moi, qu'est-ce qui, dans ma vie, m'aide à me mettre à l'écoute de Dieu, à me disposer à le servir ?

Je réécoute cet évangile en me rendant attentif à la façon dont Marie accueille la parole de l'ange.

**Seigneur, tu as appelé Marie à participer à ton œuvre de salut pour le monde. Tu m'appelles, moi aussi, à accueillir ta parole et à en vivre. Je te confie mon désir de vie, d'une vie en abondance.**

Je finis ma prière en confiant ma retraite à la Vierge Marie, qui a accueilli la parole de Dieu qui l'a mise en route :

Je vous salue Marie, pleine de grâce ;  
Le Seigneur est avec vous.  
Vous êtes bénie entre toutes les femmes  
Et Jésus, le fruit de vos entrailles, est béni.  
Sainte Marie, Mère de Dieu,  
Priez pour nous pauvres pécheurs,  
Maintenant et à l'heure de notre mort.  
Amen

## Témoignage

Pour ce deuxième jour de retraite, nous allons écouter le témoignage de Guillaume Rossignol. Son récit pourra nous inviter à réfléchir aux différentes manières qu'à l'Esprit-Saint de venir nous mobiliser. Bonne écoute !



« Aujourd'hui, je viens partager avec vous la façon dont l'Esprit Saint a pu inspirer, éclairer et aussi confirmer une décision que j'ai prise il y a quatre ans maintenant. En 2019, j'ai quitté mon cabinet d'avocat. J'ai exercé depuis une vingtaine d'années. Et puis, quelques mois plus tard, en mars 2020, j'ai rejoint le Service jésuite des réfugiés, dans lequel je travaille maintenant depuis trois ans.

La première chose que je voudrais partager ici, c'est pour ce qui me concerne. La façon dont l'action de l'Esprit-Saint est intervenue ou s'est inscrite dans un temps long. Moi, je ne suis pas du tout parti en hâte, comme Marie sous l'action de l'Esprit-Saint. C'est le moins qu'on puisse dire. Pour prendre cette décision, ça m'a pris plus d'une quinzaine d'années.

Et pourtant, dès le début de mon activité professionnelle, j'avais des doutes sur l'endroit où j'étais. À tel point que quelques mois après le début de mon activité d'avocat, j'ai été voir le prêtre qui nous avait mariés pour lui en parler. J'avais un rythme de travail qui était très intense.

Je sentais qu'il y avait quelque chose qui clochait dans mes équilibres et il m'a proposé deux choses : La première, c'était de rencontrer une personne qui avait posé à mon âge des choix assez radicaux, des choix de vie courageux et qui avait créé une entreprise d'insertion par l'activité économique au service de personnes fragiles. Ça, c'était la première proposition. La deuxième, c'était de faire des exercices spirituels dans la vie ordinaire, avec d'autres jeunes qui s'interrogeaient, comme moi, sur leurs décisions professionnelles ou sur d'autres décisions.

Je me rappelle très bien qu'en sortant de notre entretien, c'était dans un jardin à Paris, c'était l'automne et j'étais triste. Je donnais des coups de pieds dans les feuilles et je savais en sortant que je suivrai aucune de ces deux propositions. J'ai été très happé par mon travail, les perspectives brillantes qui s'annonçaient, et je savais assez bien en même temps que je répondais pas à un appel qui existait et qui était profond. Je le savais, mais ça résistait. L'Esprit ne s'est pas du tout découragé et d'ailleurs, on ne peut pas dire du tout que c'était une rupture entre lui et moi. On a beaucoup dialogué, conversé au cours de ces années. J'avais une vie de prière plus ou moins assidue, mais je dirais toujours, toujours vive. Et régulièrement pendant ces dix quinze ans, l'Esprit est revenu à la charge avec beaucoup de patience et petit à petit sous son action, la trajectoire de ma vie professionnelle s'est infléchie.

Alors je n'ai pas raconté toutes les étapes, mais peut-être simplement partager deux ou trois points. Le premier, c'est que l'Esprit-Saint m'a rejoint dans mes failles. En fait, j'avais une forme d'insatisfaction latente, comme je l'ai dit, et je m'en ouvrait régulièrement

auprès de mes proches, ou moins proches d'ailleurs, mais sans jamais faire vraiment quelque chose de sérieux pour y remédier.

Il y a eu deux points de bascule :

Le premier, c'est un peu quand... je dirais, par bravade ou par défi, j'ai proposé à ma femme que nous fassions des tournées rues le soir, gare de l'Est, à l'endroit où nous habitons. Pourquoi par bravade et par défi ? Précisément parce que j'avais des horaires assez absurdes. On avait quatre enfants en bas âge et tourner le soir entre 22h et 0 h, toutes les semaines, c'était pas précisément ce qui rentrait le mieux dans l'agenda. Mais en fait, je crois que c'est précisément là où l'esprit m'a rejoint, dans cette forme d'excès d'horaires. Et il se trouve que ma femme a dit oui. Nous avons tourné pendant sept ans et ça a profondément changé notre vie. Découvrir l'autre dans sa vulnérabilité et découvrir combien il m'enseigne, combien il me déplace, c'est quelque chose qui aujourd'hui est décisif dans notre façon de vivre, notamment dans l'accompagnement que je mène aux côtés des personnes réfugiées.

Le deuxième point de bascule, c'est quand une personne, dont je peux avouer que je n'avais pas forcément d'affinités particulières avec elle, et je dirais même peut être pas forcément de considération, m'a dit un jour "au lieu de ressasser tes désirs de changement que tu mets jamais en œuvre, tu devrais aller faire un tour chez les jésuites et faire une retraite en silence." Et l'idée de faire une semaine de retraite sans rien, à un moment où j'avais des horaires de 200 mails par jour et où je travaillais comme un dingue, était quand même assez paradoxal pour moi. Et en même temps, c'était un défi. Et je crois que là aussi, l'Esprit est venu par la voix de quelqu'un un peu éloigné de moi, me rejoindre dans l'idée de "Mobilise-toi et pour cela, arrête toi".

C'était en février 2014. J'ai fait une retraite d'une semaine d'exercice spirituel à La Baume et cette retraite a été vraiment le point de départ d'une nouvelle relation avec Dieu. En fait, je suis allé dans cette retraite en me disant "Bon, je vais consacrer une semaine à ne faire que ça. C'est assez énorme. Et je ressortirai avec la réponse à ma question : quelle est ma vocation vers où je vais ?"

Évidemment, ça ne s'est pas du tout passé comme ça. Je suis sorti à la fois très heureux et ça, je crois que c'est vraiment une marque de l'esprit. Et en même temps très déconcerté. Je n'avais pas de réponse à ce que je voulais faire ou vers où ça allait. Mais par contre, j'avais fait la découverte d'un dieu amour que je ne connaissais pas vraiment avant.

Et je voudrais en particulier vous partager un moment qui m'a beaucoup marqué, qui est un temps de méditation sur le texte du Buisson ardent. Il y a Moïse qui est avec les troupeaux de son beau-père, il se promène. Et puis soudain, il voit au loin un buisson qui brûle sans se consumer. Alors il fait un détour pour le regarder, s'approcher, voir de plus près ce qui se passe.

Moi, j'ai été totalement saisi par ce texte. Je me voyais tout à fait en train de faire ce détour, comme Moïse. J'étais littéralement Moïse en train de regarder ce truc assez dingue qui brûle, qui éclaire, qui donne chaud et qui ne détruit pas. Mais en même temps, j'avais assez peur et j'entendais très bien la voix qui disait "Moïse, Moïse" dans le buisson.

J'avais très envie de répondre "Me voici". Mais je ne savais pas tellement ce que ça voulait dire. J'ai un souvenir extrêmement ancré de ce moment-là et j'y reviens très souvent. Voilà le buisson ardent, c'est un peu le lieu pour moi où l'Esprit-Saint m'a rejoint et vient brûler mes objections, mes questionnements, mes doutes. Et si je devais faire ceci, qu'est

ce qui se passerait si je devais faire ça ? Qu'est ce qui se passerait, mais il va se passer ci... ? Et le buisson ardent, c'est l'endroit où tout ça, ça brûle, et où les choses deviennent plus claires comme un peu l'or au creuset.

Alors je ne m'attarderai pas sur la décision elle-même de quitter mon cabinet. Je dirais simplement qu'après cette retraite, il s'est encore passé cinq ans avant que je prenne la décision de changer.

La seule chose que je pourrais dire, c'est qu'un jour, en allant au bureau, j'ai été habité par une paix extrêmement profonde qui s'est transformée en joie. J'étais très apaisé et je savais que je partirai. Je ne savais pas encore tout à fait quelles seraient les modalités. Le calendrier exact, où j'irais, ce que ça donnerait après. Mais j'étais assez certain, décidé et très très en paix. Et ça aussi je crois que c'est l'action de l'Esprit-Saint à la fois. C'est cette paix, cette joie et quelque chose de l'ordre, d'un élan ou d'un dynamisme qui me dit "Ça va vers l'avant, je ne sais pas très bien, mais je sais que ça va vers le bon endroit."

En fait, ça a été possible grâce à l'encouragement de mes proches aussi, de ma femme en particulier. Et je peux dire que l'Esprit a beaucoup travaillé chez moi à travers elle. Et donc, je l'ai dit tout à l'heure, il a travaillé à la fois à travers des gens que je n'aimais pas forcément beaucoup, pour qui je n'avais pas de considération et à la fois à travers des gens qui me sont très proches. Ça, je crois que c'est aussi une manière d'agir, de l'Esprit qui est de nous rejoindre par différents biais.

Et avant de terminer, je voudrais vous parler aussi d'un clin d'œil de l'Esprit, en forme de confirmation. En 2021 donc j'étais déjà chez JRS et je me trouvais à Grande-Synthe, sur le littoral nord de la France pour réfléchir avec des partenaires associatifs à un projet d'accueil de personnes migrantes. On avait rendez-vous à l'église Saint Joseph, alors l'église Saint-Joseph, c'est un immense édifice très sombre, construit dans les années 60, un peu en blocus et qui est aujourd'hui vide, il y a plus de messes dans cet édifice. J'y suis allé qu'une seule fois et les circonstances font que, probablement, il y a peu de chance que j'y retourne. Et dans cette église à droite, en entrant, j'ai été happé par un vitrail qui est le seul endroit par où la lumière passe dans cet énorme blockhaus et sur le vitrail, il est écrit ceci "Ôte tes sandales, ce lieu que tu foules est Terre sainte." Et en fait, ce verset, c'est celui dans le récit du Buisson ardent qui suit immédiatement le moment où Dieu appelle Moïse et où Moïse répond "Me voici." Et pour moi, c'est un vrai clin d'œil. C'était confirmatoire. J'avais fait un détour en acceptant de faire cette retraite à La Baume. J'avais eu assez peur de cet appel. J'avais dit me voici, j'ai quitté mon travail, je suis arrivé à JRS et sept ans jour pour jour, c'était la date anniversaire de ma retraite à La Baume, je rentre dans cette église et l'Esprit me dit "Voilà, on continue."

Alors aujourd'hui, tout continue de se construire. Mais je peux rendre grâce pour l'Esprit-Saint à travers plusieurs choses. D'abord pour sa patience qui ne renonce jamais et qui même prend appui sur mes détours pour construire la suite, sur sa capacité à me rejoindre dans mes failles pour mieux me toucher, sur sa façon de me parler à travers à la fois ceux qui me sont lointains et ceux qui me sont très proches, sur la façon dont il me donne de la force, la paix, la joie, pour avancer à la fois humblement mais résolument, un vrai dynamisme. Et puis, dans sa façon de m'envoyer des clins d'œil, de confirmer les choix et d'inviter à continuer à avancer ensemble.

## Exercice

Aujourd'hui, nous sommes invités à prier en marchant. Je choisis de me balader ou de faire cette méditation lors d'un trajet de ma vie quotidienne. Marie est un de ces personnages de la Bible qui passent leur temps sur les chemins. Dieu peut nous rejoindre dans ce mouvement, dans les petits interstices de nos vies.



Seigneur, donne-moi de regarder le monde qui m'entoure avec ton regard, et de marcher avec toi. Au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit, Amen.

1. Je me concentre sur mon corps. Comment est-ce que je respire ? Quelle est la sensation de mes pieds sur le sol ? Est-ce que j'ai le sentiment que la Terre me porte ? Je prends conscience du mouvement de chacun des membres de mon corps pour faire un pas. Je visite intérieurement la sensation dans mes pieds, mes jambes, mes hanches, mon dos, ma nuque et ma tête.

2. Je me rends attentif au chemin. J'essaie de regarder la rue comme si je découvrais cet environnement pour la première fois. Quelles sont les couleurs ? L'ambiance ? Les boutiques ? Les odeurs ? Les personnes que je croise ? J'essaie de sentir si je peux amener de l'émerveillement et de la douceur dans mon regard.

3. Je concentre mon attention sur ce qui m'habite. Quelle est mon attitude intérieure ? Je pense au lieu que j'ai quitté : avec quelle émotion est-ce que j'en suis parti.e ? Je pense au lieu auquel je me rends : Est-ce que je m'y dirige avec enthousiasme, avec appréhension, avec indifférence ? Je confie tout cela à Dieu.

**Seigneur, toi qui as envoyé ton fils rejoindre l'humanité sur les chemins du monde, donne-moi de marcher à ta suite avec joie et confiance, en me rendant attentifs aux lieux où tu m'appelles.**

Je peux poursuivre mon chemin en écoutant le chant "Je n'ai d'autre désir" de la Communauté du Chemin Neuf.

1. Je n'ai d'autre désir  
Que de t'appartenir  
Être à toi pour toujours  
Et livré à l'amour  
Je n'ai d'autre désir  
Que de t'appartenir

2. Je n'ai d'autre secours  
Que renaître à l'amour  
Et soumettre ma vie  
Au souffle de l'esprit  
Je n'ai d'autre secours

3. Que renaître à l'amour  
Je n'ai d'autre espérance  
Que m'offrir en silence  
Au don de ton amour  
M'unir jour après jour  
Je n'ai d'autre espérance  
Que m'offrir en silence

4. Je n'ai d'autre raison  
Que l'amour de ton nom  
Mon bonheur est de vivre  
Ô Jésus pour te suivre  
Je n'ai d'autre raison  
Que l'amour de ton nom



## Méditation

Aujourd'hui, nous contemplons la visite de Marie à sa cousine Elisabeth. Pour entrer dans ce temps de prière, je me représente la maison de Zacharie et Elisabeth.

Je me présente devant le Seigneur telle je suis, avec mes joies, mes peines et mes espérances.

Je lui demande la grâce de savoir reconnaître l'action de l'Esprit Saint dans les personnes qui m'entourent.

Au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit, Amen.



La Visitation est relatée au chapitre 1 de l'évangile selon Saint Luc.

En ces jours-là, Marie se mit en route et se rendit avec empressement vers la région montagneuse, dans une ville de Judée. Elle entra dans la maison de Zacharie et salua Élisabeth. Or, quand Élisabeth entendit la salutation de Marie, l'enfant tressaillit en elle. Alors, Élisabeth fut remplie d'Esprit Saint, et s'écria d'une voix forte : « Tu es bénie entre toutes les femmes, et le fruit de tes entrailles est béni. D'où m'est-il donné que la mère de mon Seigneur vienne jusqu'à moi ? Car, lorsque tes paroles de salutation sont parvenues à mes oreilles, l'enfant a tressailli d'allégresse en moi. Heureuse celle qui a cru à l'accomplissement des paroles qui lui furent dites de la part du Seigneur. » Marie dit alors : « Mon âme exalte le Seigneur, exulte mon esprit en Dieu, mon Sauveur ! Il s'est penché sur son humble servante ; désormais tous les âges me diront bienheureuse. Le Puissant fit pour moi des merveilles ; Saint est son nom ! Sa miséricorde s'étend d'âge en âge sur ceux qui le craignent. Déployant la force de son bras, il disperse les superbes. Il renverse les puissants de leurs trônes, il élève les humbles. Il comble de biens les affamés, renvoie les riches les mains vides. Il relève Israël son serviteur, il se souvient de son amour, de la promesse faite à nos pères, en faveur d'Abraham et sa descendance à jamais. » Marie resta avec Élisabeth environ trois mois, puis elle s'en retourna chez elle.  
Textes liturgiques de l'AELF

1. Je me représente l'arrivée de Marie chez Elisabeth :

Marie est-elle fatiguée par le voyage ? Comment réagit Elisabeth ? Est-elle heureuse ? Surprise ? Je regarde ces deux femmes, de générations différentes, je contemple le lien qui les unit.

2. "Quand Marie salua Elisabeth, l'enfant tressaillit en elle."

Ce tressaillement manifeste une reconnaissance de l'action de Dieu chez Marie. Et moi, quels sont les moments où j'ai ressenti la présence de Dieu, son action ? Quels sont les signes auxquels je reconnais l'œuvre de Dieu dans le monde ?

3. Elisabeth bénit Marie, et Marie lance une action de grâces, que nous connaissons sous le nom du Magnificat.

Je peux me demander comment est-ce que j'exprime ma joie, mon action de grâces, et comment est-ce que je reçois et j'accueille la joie de l'autre.



Je réécoute ce passage d'évangile, en me rendant attentive à la façon dont Marie et Elisabeth se réjouissent de l'action de Dieu dans la vie de chacune.

**Seigneur, chaque jour tu te révéles à nous et tu agis dans le monde, mystérieusement. Je te confie mon désir de voir ce que tu fais advenir dans ma vie et dans la vie du monde.**

Donne-moi la grâce de te reconnaître et de te louer, toi que je prie avec toute l'Eglise en disant :

Notre Père, qui es aux cieux,  
que ton nom soit sanctifié,  
que ton règne vienne,  
que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.  
Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.  
Pardonne-nous nos offenses,  
comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés.  
Et ne nous laisse pas entrer en tentation  
mais délivre-nous du Mal.

## Contemplation

Je vous propose de prier aujourd'hui avec le verset qui a été choisi pour les Journées Mondiales de la Jeunesse. « Marie se leva et s'en alla en hâte » en Luc 1, 39. Pour éclairer ce texte, nous pouvons contempler ce vitrail de la Visitation qui a été réalisé par le frère Éric de la communauté de Taizé. Ce vitrail apparaît dans l'Église de la réconciliation à Taizé.

En premier lieu, on peut contempler l'ensemble des couleurs, les formes, les gestes. Du point de vue des couleurs. On a une dominante rouge, un peu comme si c'était le matin. Cette lumière du jour, le contraste avec ce bleu beaucoup plus froid de l'intérieur. C'est sans doute le matin et on est dehors. Cette lumière baigne toute la scène.

On peut aussi voir les formes. Il y a quelque chose de presque dépouillé, deux femmes qui se tiennent face l'une à l'autre, dehors.

Les attitudes à droite, on a Marie. Les bras tendus et face à elle et Elisabeth à gauche avec les bras ouverts. Dans une posture d'accueil. Essayons d'entrer dans la profondeur de ce vitrail.



### « Marie se leva. »

Quel est le point de départ ? Qu'est ce qui fait que Marie va rencontrer sa cousine Elisabeth ? La scène qui a précédé dans l'Évangile de Luc, c'est l'Annonciation, cette annonce par l'ange Gabriel à Marie, qu'elle va donner naissance à celui qui va sauver l'humanité ? Et qu'en gage de cette nouvelle, il y a aussi l'information qu'Elisabeth, sa cousine est enceinte alors qu'elle est censée être une femme stérile.

Et c'est avec cette information là que Marie se met en route. Et le verbe qui est choisi dans l'Évangile, « Marie se leva. », c'est le même mot qui va être utilisé ensuite pour dire la résurrection. Il y a quelque chose d'une lumière de Pâques, et c'est peut-être ce que ce Rouge évoque : l'ouverture à une vie nouvelle, une vie surprenante et qui dépasse ce qu'on peut attendre. « Marie se leva » Marie se lève pour être en contact, pour partager ce qui l'habite, moi-même est ce que je suis sensible à tel ou tel appel qui me vient ? Qu'est ce qui me met en mouvement dans mon existence ?

« Marie se leva et s'en alla en hâte. » Marie a besoin de partager ce qui l'anime, l'annonce qui lui a été faite n'est pas faite pour rester seulement pour elle. Marie a besoin de

comprendre ce qui l'habite sans doute.

Pour ce faire, elle a besoin de rencontrer quelqu'un avec lequel elle pourra rentrer en conversation. Et ce quelqu'un, c'est cette cousine, Elisabeth, dont l'ange lui a parlé.

Les attitudes ici peuvent nous aider. Il y a quelque chose d'assez étonnant dans ce vitrail de voir Marie qui ouvre les bras pour tenir, Elisabeth pour la saluer comme si elle était déjà à son contact, alors qu'elle a encore quelques pas à franchir. Il y a quelque chose de très beau dans cette anticipation, dans ce geste de salutation, avant même de croiser Elisabeth.

De son côté, Elisabeth est déjà sortie de sa maison. C'est en dehors de la maison de Marie. C'est en dehors de la maison d'Elisabeth que cette rencontre a lieu. Pour qu'il y ait rencontre, il faut sortir de nos lieux de confort pour consentir à quelque chose de différent. Alors je veux m'interroger quels sont les lieux qui me sortent de ma zone de confort ?

Enfin un troisième point, cela pourrait être ce qui anime ces deux femmes. On a parlé d'attitudes, de gestes. Et ce qui est intéressant dans cette œuvre, c'est le choix qu'a fait l'artiste de représenter la promesse pour chacune de ces femmes, à savoir un enfant. On le voit de manière assez discrète : la présence de Jean-Baptiste dans Elisabeth, la présence de Jésus dans Marie.

Ce qui est magnifique, c'est ce geste de Jean-Baptiste qui se met à genoux et de Jésus qui marche vers lui, lui aussi, les mains ouvertes, comme sa mère.

Sans doute la pointe de cet épisode, c'est de voir que, pour comprendre pleinement ce qui anime chacune de ces femmes, il y a besoin de la rencontre. C'est en s'émerveillant de ce que vit l'autre que je suis capable de pleinement recevoir ce qui m'est donné sans jalousie, sans envie.

À travers ces deux femmes, il y a une réciproque admiration. Il y a une même action de grâce pour ce Dieu qui intervient de manière toujours surprenante dans leur existence. Alors je peux m'interroger, est-ce qu'il y a dans mes relations des lieux où je suis capable de me réjouir de ce que vivent les autres.

Au terme de ce temps de prière, je peux regarder à nouveau ce vitrail, réentendre le verset « Marie se leva et s'en alla en hâte. »

Est ce que je vois quelque chose dans cette scène qui me touche de manière particulière ? Je confie cela au Seigneur.

Et pour conclure, je redis cette prière que le Seigneur nous a enseigné et qu'il nous tourne vers son Père.

Notre Père, qui est aux cieux

que ton nom soit sanctifié,

que ton règne vienne,

que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.

Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.

Pardonne-nous nos offenses comme nous pardonnons aussi

à ceux qui nous ont offensés

et ne nous laisse pas entrer en tentation.

Mais délivre nous du mal.

Amen.

Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. Amen.

## Exercice

On peut voir le début de l'évangile de Luc, de l'Annonciation à la Visitation, comme une suite de bénédictions et de louanges : l'ange salue et bénit Marie, Marie salue Elisabeth, Elisabeth bénit Marie, qui rend grâce à Dieu.



Seigneur, donne-moi d'entrer dans ton mouvement d'amour pour le monde, et d'apprendre à bénir, c'est-à-dire à dire du bien de ce monde que tu as créé.

Au nom du Père, et du Fils et du Saint-Esprit, Amen.

1. Je présente au Seigneur toutes les personnes qui comptent pour moi, et je rends grâce pour elles, en les nommant par leur prénom, en rendant grâce pour leurs dons particuliers ou pour ce que nous avons vécu ou vivons ensemble.

2. Je présente au Seigneur les personnes que j'ai du mal à aimer, et pour lesquelles j'ai du mal à trouver une raison de rendre grâce.

Je lui demande de les voir avec ses yeux de bonté.

3. Dans ma vie, quelle est ma façon de bénir, de dire du bien des gens qui m'entourent et aux gens qui m'entourent : est-ce dans mes paroles ? Dans le secret de ma prière ? Et comment est-ce que je reçois les bénédictions qui me sont faites ? Je peux faire mémoire de paroles qui m'ont touchée et m'aident encore aujourd'hui.

**Seigneur, toi qui as créé le monde et sa bonté, toi qui m'as créé, donne-moi d'être capable de m'émerveiller sur ta création, et d'être, moi aussi, une bénédiction pour le monde.**

Notre Père, qui est aux cieux

que ton nom soit sanctifié,

que ton règne vienne,

que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.

Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.

Pardonne-nous nos offenses comme nous pardonnons aussi

à ceux qui nous ont offensés

et ne nous laisse pas entrer en tentation.

Mais délivre nous du mal.

Amen.

## Relecture



Nous nous préparons à achever cette retraite. Nous avons contemplé Marie qui se met en route après avoir reçu la parole de l'ange, écouté le témoignage de Guillaume Rossignol du JRS, le service Jésuites des réfugiés. Nous avons fait mémoire de la façon dont nous cultivons notre relation à Dieu, nous avons contemplé la Visitation et demandé à Dieu d'entrer dans le mouvement de bénédiction réciproque de Marie et Elisabeth.

Seigneur, au long de cette semaine tu t'es révélé à moi à travers ta Parole et à travers le quotidien de ma vie. Viens m'éclairer sur ce que tu m'as donné à vivre pendant cette retraite, les lumières, les promesses, les appels.

1. Je me remémore la semaine passée, de façon concrète :

Quel était mon désir au début de la retraite ?

Qu'est-ce qui m'a aidé à la vivre ?

Qu'est-ce qui a été plus difficile ?

2. Je rends grâce pour ce qui dans la retraite a été heureux, fructueux. Un texte que j'ai apprécié particulièrement, un temps de prière qui a été un temps fort, une lumière que j'ai reçue sur ma vie ou sur l'Écriture.

3. La retraite s'achève, mais la vie avec le Seigneur se poursuit ! A quoi est-ce que je me sens appelée ? A cultiver une attitude intérieure comme l'écoute ou la louange ? A aller davantage vers les autres ? A être plus assidue à la prière ?

Je confie ce qui vient au Seigneur.

Pour finir ma prière, je prie avec le Magnificat, en faisant mienne les paroles de Marie, et en rendant grâce pour la façon dont Dieu me relève et me donne la vie.

Magnificat

Mon âme exalte le Seigneur,

exulte mon esprit en Dieu, mon Sauveur !

Il s'est penché sur son humble servante ;

désormais, tous les âges me diront bienheureuse.

Le Puissant fit pour moi des merveilles ;

Saint est son nom !

Son amour s'étend d'âge en âge

sur ceux qui le craignent.

Déployant la force de son bras, il disperse les superbes.

Il renverse les puissants de leurs trônes, il élève les humbles.

Il comble de biens les affamés,

renvoie les riches les mains vides.

Il relève Israël son serviteur, il se souvient de son amour,

de la promesse faite à nos pères, en faveur d'Abraham et de sa race, à jamais.

Gloire au Père, et au Fils, et au Saint-Esprit,

pour les siècles des siècles.

Amen.