

## LES « TRIBULATIONS » DE LA SAINTE FAMILLE

*Voici une belle méditation, très simple, concrète, incarnée.*

*Pour la faire, lisez tranquillement les points de préparation.*

*Fixez ensuite un temps suffisant (20 à 30 minutes), un lieu et un climat de silence extérieur propice (maison, église, lieu désert, plein air).*

*Entrez alors dans la méditation, en vous appliquant bien aux différents points.*

*Suivez surtout le conseil de St Ignace. Si je trouve ce que je cherche, si mon âme se pose sur un point, et forme des actes de foi, espérance, charité, contrition... Alors je reste, je ne vais pas plus loin (lecture et méditation « discontinuée »). Ce n'est pas l'abondance de science qui nourrit, mais le goût des vérités que l'on médite.*

\*\*\*\*\*

### **Préparation. Récitation vocale ou mentale, lente, d'une des prières suivantes. 1 minute.**

*Mon Seigneur et mon Dieu,  
que toutes mes intentions,  
toutes mes actions  
et toutes mes opérations  
soient dirigées uniquement  
au service et à la louange  
de votre divine Majesté. (n° 46).*

*Prenez, Seigneur,  
et recevez toute ma liberté,  
ma mémoire, mon intelligence  
et toute ma volonté,  
tout ce que j'ai  
et tout ce que je possède.  
Vous me l'avez donné  
à vous, Seigneur; je le rends.  
Tout est vôtre, disposez-en  
selon votre entière volonté.  
Donnez-moi de vous aimer  
et donnez-moi votre grâce,  
elle me suffit.*

### **Prélude (introduction). 3 à 5 minutes.**

- 1) L'HISTOIRE DU MYSTÈRE. Appliquer la mémoire; je me rappelle *comment Notre-Dame, dans le neuvième mois de sa grossesse, partit de Nazareth, assise sur une ânesse, accompagnée de Joseph et d'une servante qui mènent un bœuf. Ils vont à Bethléem payer le tribut imposé par César à tous les habitants de cette province*
- 2) COMPOSITION DE LIEU. Appliquer l'imagination (regard intérieur lent, détaillé); *je regarde des yeux de l'imagination le chemin de Nazareth à Bethléem: sa longueur, sa largeur. Est-il sur des collines ? La grotte où naît le Sauveur: Est-elle grande ou petite ? Est-elle haute ou basse ? Comment est-elle préparée ?*
- 3) DEMANDE. Volonté, désir ; ce que je veux, ce que je désire ; *vif désir. Je demanderai la connaissance intime du Seigneur qui s'est fait homme pour moi, afin de l'aimer avec plus d'ardeur et de le suivre avec plus de fidélité.*

### **Corps de la méditation. Je parcours les points, m'arrêtant et me posant sur celui qui éclaire, frappe d'avantage. Je m'arrête plus spécialement auprès de St Joseph. 15/20 minutes.**

- 1) Les PERSONNES. (focus sur l'une d'elles – St Joseph). Attitude du *mendiant* (qui demande, espère), de *l'esclave* (leur sainteté... et la mienne). Je me tiens près de St Joseph. Son attitude, son dévouement auprès de la Vierge Marie, de l'Enfant Jésus. Son travail. Ensuite *je réfléchis en moi-même pour tirer de là quelque profit.*
- 2) Les PAROLES et les SILENCES à écouter. Observer, remarquer, contempler ce qu'ils disent ; puis réfléchir en moi-même pour tirer quelque profit.
- 3) Les ACTIONS. Leur voyage, leurs peines, l'inconfort, les joies conjugales et familiales. Détail ; l'extrême pauvreté où naît le Seigneur de toute chose. Dénouement, nécessaire et superflu... détachement intérieur et

extérieur du Christ, de la Vierge, de St Joseph. Pauvreté du Seigneur (habitat, vêtement, nourriture, confort, ...).  
vérité de son Humanité Sainte. Ce qu'il endure au début, au cours et à la fin de sa vie ; faim, soif, chaleur, froid,  
injures, affronts, mort sur la croix... *Et tout cela pour moi*. Et je réfléchis pour tirer quelque profit spirituel. Dans  
ce point, *sentir, respirer et goûter la suavité et la douceur infinies de la Divinité, de l'âme, de ses vertus*.

**Conclusion. Colloque. 5 minutes.**

*Co-loquere* = Parler directement avec ; l'une des trois Personnes divines - le Verbe éternel incarné - la Mère du Verbe  
Incarné, Notre-Dame – St Joseph ; et, selon le sentiment que j'éprouve en moi-même, je demande tout ce qui peut m'aider  
à suivre de plus près et à imiter plus fidèlement Notre-Seigneur, comme s'il venait de s'incarner pour moi. Prière du Notre  
Père (Oraison dominicale).

\*\*\*\*\*

**Remarque et conseil de St Ignace ;**

*insister toujours sur quelques passages principaux, dans la méditation desquels on aura reçu plus de lumières, senti plus de  
consolation (élan intérieur qui porte à aimer Dieu en tout et par-dessus tout – mouvement de foi, espérance, charité – acte de  
contrition, regret des péchés – ferveur, résolution, décision) ou de désolation intérieure (sécheresse, pesanteur d'âme, invitant à  
patience, humilité, confiance affermie dans la grâce suffisante de Dieu).*

*Ne pas sortir du sujet, rester dans la méditation durant le temps fixé. Revenir à la méditation (texte, support, attitude  
corporelle) lorsque l'on se rend compte d'une distraction.*