

Consentir au détachement

Savoir rester en silence comme Marie (7 silences dans les Évangiles)

La Nativité de Jésus (Lc 2,1-19). Seuls parlent les anges du ciel. Marie « conserve avec soin toutes ces choses, les méditant en son cœur ».

La Présentation de Jésus au Temple (Lc 2,22-38) Syméon prophétise à Marie le « glaive de douleur »...

La visite des mages dans la maison (Mt 2,1-12) La scène est silencieuse : ils se prosternent devant « l'enfant et sa mère ».

Le séjour en Égypte et le retour à Nazareth (Mt 2,13-23) Seul l'ange transmet ses directives à Joseph.

La vie cachée de Jésus à Nazareth (Lc 2,39-40 et Lc 2,51-52) Une longue période de 18 ans dont rien n'est dit, hormis les deux petits refrains en Lc 2,40 & 52.

Marie à la Croix (Jn 19,25-27) C'est Jésus qui s'adresse à Marie et à Jean...

Marie au Cénacle (Ac 1,12-14) Elle est en prière avec les Douze, et 120 personnes, attendant l'Esprit Saint.

Prière

Prends-moi dans ton silence, loin des bruits et de l'agitation du monde.

Dans un silence où mon être se retrouve en sa vérité, en sa nudité, en sa misère,
car ce silence me permet de me découvrir moi-même.

Prends-moi dans la richesse divine de ton silence, capable de tout combler en mon âme.

Fais taire en moi ce qui n'est pas de toi, ce qui n'est pas ta Présence toute pure, toute paisible.

Impose silence à mes désirs, à mes caprices, à mes rêves d'évasion, à la violence de mes passions.

Couvre par ton silence la voix de mes revendications, de mes justifications, de mes plaintes.

Imprègne de ton silence ma nature trop impatiente de parler, trop encline à l'action extérieure et bruyante.

Impose même ton silence à ma prière. Rends-la gratuite et vraiment confiante en ta seule grâce.

Fais descendre ton silence jusqu'au fond de mon être. Et fais remonter ce silence en pur élan vers toi, en hommage d'Amour. Amen.

Garder la maîtrise de l'intériorité et de la tempérance

- Ne pas brancher sa radio dès son réveil

- Garder son cœur dans la prière intérieure

- Se recentrer sur l'essentiel lorsqu'on perçoit son agitation extérieure

- Savoir s'arrêter un instant lorsqu'on sent la pression "monter"

- Veiller à se rendre disponible à la personne que l'on a devant soi.

- Savoir se livrer à des activités d'inutilité publique : silence, discrétion, méditation solitaire...

- Rester ferme pour ne pas céder à l'intempérance : elle pousse la plupart à se gaver de nourritures, de gadgets, de bruits, d'images, d'informations, de jeux et de loisirs, de thérapies et de nouvelles techniques, de futilités et d'obscénités, d'indiscrétions et de rumeurs. Ainsi, l'intempérance envahit tous les niveaux de l'individu et détermine notre vie sociale autant que notre conduite morale.