

## Contemplation de la Nativité du Christ à la manière d'Ignace <sup>1</sup>

(Evangile selon Saint Luc 2,1-7)

**Me préparer** : choisir le lieu et le moment pour ce temps de prière. Pour me rappeler la présence du Seigneur je peux mettre une bougie, une Icône ou encore la Bible.

**Entrer dans la prière** : prendre conscience que le Seigneur m'attend, me disposer à cette rencontre, faire de l'espace en mon cœur pour l'écouter, tracer lentement sur moi le signe de la Croix.

**Me rappeler « l'histoire » que je vais lire** :

- Comment partirent de Nazareth Marie, enceinte de presque neuf mois, assise sur une ânesse <sup>2</sup>, Joseph ainsi qu'une servante<sup>3</sup>
- Voir avec l'imagination le chemin de Nazareth à Bethléem. Regarder le lieu de la Nativité

**Demander ce que je veux et désire** : par exemple demander une connaissance intérieure du Seigneur qui, pour moi, s'est fait homme.

**Ecouter le texte** (je peux le lire à haute voix)

*« En ces jours-là, parut un édit de l'empereur Auguste, ordonnant de recenser toute la terre – ce premier recensement eut lieu lorsque Quirinius était gouverneur de Syrie. – Et tous allaient se faire recenser, chacun dans sa ville d'origine. Joseph, lui aussi, monta de Galilée, depuis la ville de Nazareth, vers la Judée, jusqu'à la ville de David appelée Bethléem. Il était en effet de la maison et de la lignée de David.*

*Il venait se faire recenser avec Marie, qui lui avait été accordée en mariage et qui était enceinte.*

*Or, pendant qu'ils étaient là, le temps où elle devait enfanter fut accompli.*

*Et elle mit au monde son fils premier-né ; elle l'emballota et le coucha dans une mangeoire, car il n'y avait pas de place pour eux dans la salle commune ».*

Me faisant « petit et pauvre » comme si j'étais présent je contemple les différents moments de ce passage de l'Evangile de Saint Luc :

- **Voir** Marie, Joseph, la servante et l'enfant Jésus  
Je réfléchis en moi-même et en tire profit
- **Ecouter** ce qu'ils disent (durant tout le temps du trajet, arrivés à Bethléem ou dans la « crèche »)  
Je réfléchis en moi-même et en tire profit
- Regarder et **considérer ce qu'ils font** (voyager, peiner, mettre au monde, emballoter, etc ...)  
Je réfléchis en moi-même et en tire profit

Terminer ma prière en parlant au Seigneur « comme un ami parle à un ami » de tout ce que j'ai pu « sentir » et « goûter » intérieurement, lui demandant de mieux le suivre et l'aimer.

**Chantons « Voici Noël ... la terre espère un peu de lumière »** avec l'école « Pierre » qui forme de jeunes chrétiens à l'audiovisuel, à la louange, la théologie, le leadership et l'entrepreneuriat pour l'Eglise.

[https://www.youtube.com/watch?v=tnwe\\_XK1n3E&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=tnwe_XK1n3E&feature=emb_title)

---

<sup>1</sup> A partir des Exercices Spirituels de Saint Ignace n° 110 à 117

<sup>2</sup> Ajout de Saint Ignace

<sup>3</sup> idem