

SŒUR MARIE DE LA VISITATION

# LES FÊTES DU CHRIST AU RYTHME DU CHAPELET

*Vingt-quatre chapelets inédits  
pour toute l'année liturgique*

Préface :

*Sœur Emmanuel Maillard*

Illustrations :

*Icônes de Françoise Coustaury*

**EdB**

# Introduction



Prier le rosaire, ce n'est pas *rabâcher comme font les païens*, mais bien plonger dans une méditation des mystères du Christ.

S'imprégner de ses sentiments pour en vivre.

Souvent, lors de fêtes ou de solennités, nous prions un mystère consacré à cette fête. Depuis des années, je prie ces mystères en créant mes propres chapelets afin de m'aider à entrer davantage dans la grâce de la fête. Ma surprise a été grande quand le bienheureux Jean-Paul II a eu l'audace de proposer un nouveau chapelet recouvrant les mystères lumineux ! « Cet ajout de nouveaux mystères, sans léser aucun aspect essentiel de l'assise traditionnelle de cette prière, a pour but de la placer dans la spiritualité chrétienne, avec une attention renouvelée, comme une authentique introduction aux profondeurs du Cœur du Christ, abîme de joie et de lumière, de douleur et de gloire <sup>1</sup>. »

Dans sa lettre apostolique *Rosarium Virginis Mariae*, le pape Jean-Paul II insistait sur l'urgence d'apprendre l'art de la prière

---

1. *Rosarium Virginis Mariae*, n° 19.



dans nos communautés chrétiennes. Le chapelet, par sa simplicité et sa profondeur, nous plonge dans la vie du Christ par le regard de Marie, modèle de contemplation.

Comme l'écrivait encore Jean-Paul II :

« Ces cycles de méditation proposés par le Saint Rosaire ne sont certes pas exhaustifs, mais ils rappellent l'essentiel, donnant à l'esprit le goût d'une connaissance du Christ qui puise continuellement à la source pure du texte évangélique. »

Dans son exhortation apostolique, le Saint-Père écrivait encore que les fêtes liturgiques pouvaient susciter d'heureuses adaptations. Nous vous proposons donc de plonger plus profondément dans les mystères que recouvre chaque fête à travers la prière du chapelet. Une façon de renouveler notre prière, de l'approfondir. Nous nous appuyons sur la tradition de l'Église : les textes du jour, des offices, des lectures de la messe. À partir de cette immense richesse biblique, mettons-nous à la suite du Christ. Entrons dans une méditation approfondie et renouvelée, dans un élan de profondeur et d'émerveillement. C'est notre petit pas qui permet ensuite au Seigneur, par la médiation de la Vierge, de nous revêtir de ses propres sentiments.

Méditer ces mystères nous permettra de plonger dans l'Écriture sainte, de la méditer, de contempler le Christ et de nous imprégner de sa vie, de ses sentiments, de ses façons de vivre, d'aimer, de travailler... Le Rosaire est bien le « résumé de l'Évangile ».

Jésus a vécu toute chose, tout événement de sa vie non pas pour lui-même, mais bien pour nous enseigner le Chemin, nous montrer les attitudes justes, nous dévoiler la Sagesse de son Père en étant, lui, la Sagesse incarnée.

La Vierge Marie, la *poverella*, est celle qui a le plus intégré cette Sagesse, elle qui a porté Celui qui porte tout.

Par la médiation de Marie, nous vous proposons d'entrer plus en avant dans ces mystères du Christ. Nous avons ainsi choisi de prier ces mystères à travers le balancement des « Je vous salue Marie ». Ils seront, pour certains, une prière vocale qui les aidera à ne pas s'éparpiller par le foisonnement d'une imagination fertile. Pour d'autres, cette prière sera comme un souffle maternel qui les aidera à entrer dans une intimité avec Marie, en Marie, par Marie qui conduit toujours à Jésus. Pour certains, cette répétition de la prière mariale sera comme un joyau qui creusera à chaque fois une profondeur dans la prière et enfin, pour d'autres, il s'agira davantage de se laisser bercer par une répétition plutôt que de faire attention à chaque mot pesé et compris par la raison et le cœur.

Où que nous en soyons dans notre relation à Marie, dans la profondeur de notre relation d'intimité au Christ, ces mystères nous permettront de plonger dans une lecture biblique et patristique pour abreuver notre âme et faire fructifier la semence qui y est semée à chaque fois que nous entendons la Parole.

Il y a deux écueils à éviter en récitant le rosaire, nous dit saint Louis-Marie Grignion de Montfort dans son livre *Le secret admirable du saint rosaire*.

Le premier est qu'avant de commencer, nous avons à demander des grâces! *Demandez et vous recevrez* des grâces de vertu à imiter, de péchés à détruire... Car le Seigneur veut beaucoup pour nous et Il nous comblera selon nos désirs; donc, plus nous demanderons et élargirons notre désir, plus Il nous comblera. Pour cette raison, chaque mystère médité est suivi d'un fruit du mystère. Il s'agit d'une grâce à demander. Bien sûr, celle-ci peut se moduler selon vos besoins du moment.



Le deuxième écueil est de vouloir avoir terminé avant même d'avoir commencé! Imaginez que vous vous mettiez dans un fauteuil pour regarder un film et qu'avant même de l'avoir commencé, vous râliez déjà et le critiquez... Comment pourriez-vous l'apprécier? C'est un peu pareil avec le chapelet, nous imaginons que nous allons passer un moment fort désagréable, même avant d'avoir commencé! Ainsi, nous nous fermons à l'Esprit qui ne peut pas réchauffer nos cœurs ni illuminer nos âmes, ni même nous faire goûter la Présence du Christ et de sa Mère. Si saint Louis-Marie Grignon de Montfort pointait déjà du doigt nos manques de patience au XVII<sup>e</sup> siècle, que dirait-il aujourd'hui dans notre monde où la course et le stress sont bien plus courants et répandus qu'à son époque? ! Or, le chapelet et la prière du cœur sont les antidotes du stress et du manque de paix. Prenons avec courage le chapelet pour nous abreuver des saveurs du ciel.

Pour entrer dans la prière, prenons les choses au sérieux, en ayant un lieu privilégié où nous aimons nous retrouver pour prier – icônes, bougies, fleurs – et alors, nous entrerons plus facilement en présence de Celui qui a tant à nous dire.

Nous pouvons également ajouter à nos « Je Vous salue Marie » les clauses (il s'agit d'ajouter à chaque Ave « et Jésus, ressuscité des morts », « et Jésus apparu aux disciples d'Emmaüs »...) correspondant à chaque mystère. Ceci pourrait nous aider à garder le fil du mystère et à éviter la dispersion, mais, là encore, cela dépend de nos besoins spirituels; parfois, certains n'arriveront plus à prier le chapelet car en saluant la Vierge, ils seront déjà plongés dans le Cœur Immaculé de Marie. Mais ne nous leurrions pas, la plupart du temps, notre paresse et nos égoïsmes sont davantage ce qui nous empêche de prier plutôt que les grâces de ferveur, comme le vivait la Petite Thérèse qui n'arrivait pas à

prier son chapelet car elle était déjà plongée dans la méditation en disant « Notre Père ».

Réjouissons-nous de pouvoir parler à Marie, au Christ. Quel bonheur que de pouvoir descendre dans le ciel de notre âme où demeurent le Christ et tous ses sentiments !

Je vous souhaite de puiser à cette mine d'or qu'est le rosaire. Certains chercheurs d'or sont prêts à faire des milliers de kilomètres pour trouver un trésor. Celui-ci est à la portée de nos mains et le butin ne sera ni mangé par les vers ni attaqué par les mites, il sera une source de paix et d'unité dans nos cœurs, nos familles, nos communautés et nos paroisses.

Que Marie attire en nous l'Esprit Saint et qu'Il nous apprenne à prier, goûter, savourer la présence du Christ.

Sr Marie de la Visitation  
Vigiles de Pentecôte, 2012



1

# Le temps de l'Avent



# Premier Mystère: L'annonciation à Zacharie

*Fruit du Mystère : La crainte de Dieu*

📖 Lc 1, 8.9b.11-13: « Or il advint, comme il remplissait devant Dieu les fonctions sacerdotales au tour de sa classe, qu'il fut désigné par le sort pour entrer dans le sanctuaire et y brûler l'encens. Alors lui apparut l'ange du Seigneur. À cette vue, Zacharie fut troublé et la crainte fondit sur lui. Mais l'ange lui dit: "Sois sans crainte, Zacharie, car ta supplication a été exaucée; ta femme Élisabeth t'enfantera un fils et tu l'appelleras du nom de Jean." »

Zacharie signifie « Dieu fait mémoire »; oui, Dieu s'est souvenu de sa supplication. Merci, Seigneur, pour cette prière persévérante qui attire l'Esprit, merci pour cette crainte de Dieu, principe du savoir, source de bénédictions.

🕯️ Nous te demandons ta prière, Zacharie, pour que nous entrions dans une relation vraie avec le Dieu Très-Haut, que nous sortions de nos peurs pour nous laisser toucher par Dieu, tout en vivant dans la crainte, c'est-à-dire une piété ajustée devant le Tout-Autre qui se fait le Tout-Proche.

NOTRE PÈRE  
DIX JE VOUS SALUE MARIE  
GLOIRE AU PÈRE

# Françoise Coustaury



« Il y a douze ans j'ai quitté mon métier d'enseignante pour me consacrer à l'iconographie. J'ai toujours été attiré par les icônes qui sont une fenêtre sur l'invisible et présence de la personne représentée. Se définissant comme un art sacré, l'icône ne cherche pas à traduire des sentiments humains ou subjectifs mais une autre beauté, spirituelle et intérieure.

L'icône s'exprime à travers des symboles jusque dans sa technique : les premières couches sont très sombres et progressivement les couleurs s'éclaircissent, pour marquer le passage des ténèbres vers la lumière de la Résurrection.miel

Je peins suivant la tradition byzantine, détrempe à l'œuf et pose de feuille d'or et donne des cours à Paris chez les Pères spiritains dans le 5<sup>e</sup> arrondissement »

[www.atelier-icomes.com](http://www.atelier-icomes.com)