



Éline Landon

Préparation à la naissance

9 mois avec Dieu

ARTEGE
ÉDITIONS

Préparation à la naissance

9 mois avec Dieu

Éline Landon

Préparation à la naissance

9 mois avec Dieu

ARTÉGE

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

8 Marie dit alors : « Voici la servante du Seigneur ; que tout se passe pour moi selon ta parole. » Alors l'ange la quitta.

Le moment de la découverte et de l'annonce de la grossesse est un moment unique. On attend, on espère et on le sent : ça y est, un nouvel être est en train de se former en nous ! Selon les circonstances, nous pouvons nous sentir toute réjouie ou très troublée. Les sentiments et ressentis sont parfois mêlés. À ce stade, nous pouvons alors contempler Marie, à qui l'ange annonce qu'elle portera un enfant, conçu du Saint-Esprit.

L'ange invite d'abord Marie à se réjouir : « Je te salue, comblée-de-grâce, le Seigneur est avec toi. » Cette salutation de l'ange apparaît ainsi dans une autre traduction : « Réjouis-toi Marie, le Seigneur t'a accordé une grâce particulière. » Cette première parole de l'ange à Marie, est une parole de joie. Marie est la choisie, elle est « comblée de grâces ». Ce cadeau que le Seigneur fait, par elle, à toute l'humanité apporte une joie profonde. Dieu rejoint l'homme, il se fait chair en Marie, il est l'Emmanuel, « Dieu avec nous ». Ce mystère est si grand que nous sommes appelés à le contempler, à le méditer, à nous en imprégner. Joie de Marie d'être la mère du Sauveur ! Mais il nous est dit ensuite que « Marie fut toute bouleversée ». Cette singulière salutation de l'ange trouble Marie. Elle n'est pas d'emblée tout en joie, elle ne tombe pas en extase devant cette vision d'un ange de Dieu, elle ne se confond pas en remerciements, en louange. Non, Marie se demande ce que cela signifie, elle est remplie de crainte. Il faut alors entendre cette phrase : « Sois sans crainte, Marie, car tu as trouvé grâce auprès de Dieu. » L'ange Gabriel invite Marie à la confiance et devant son questionnement « Comment cela va-t-il se faire ? » Il la

tourne vers la toute-puissance de Dieu : « L'Esprit Saint viendra sur toi, et la puissance du Très-Haut te prendra sous son ombre. » Dès lors, pourquoi avoir encore peur ? L'Esprit Saint vient lui-même en Marie, il l'enveloppe tout entière. Et Marie accepte humblement l'annonce de l'ange avec cette parole pleine de force et de sagesse : « Voici la servante du Seigneur ; que tout se passe pour moi selon ta parole. » C'est simple. Marie dit « oui » à la plus extraordinaire des choses : Dieu fait chair en elle. Elle ne pose plus de questions, elle ne cherche pas à argumenter, elle s'abandonne. Cet acquiescement de Marie devant ce miracle incroyable qui vient de se dérouler sous ses yeux nous invite, à notre tour, à prononcer ce « oui » à ce qui se passe en nous. Nous avons voulu cet enfant, ou bien il s'est invité lui-même en notre sein. Dans tous les cas, nous avons à consentir à cette nouvelle vie en l'accueillant pleinement.

Ainsi, prononçons sans peur le « oui » à cette annonce qu'un être nouveau grandit en nous, nous laissant envelopper de la toute puissance de Dieu à l'image de Marie. Face à tous les troubles comme à toutes les joies qui nous habitent, lâchons prise et ayons une confiance totale dans la volonté du Père. Nous pouvons sans crainte nous laisser entraîner dans cette nouvelle aventure de la maternité. Certes, nous ne savons pas où nous allons. Mais Marie, elle, le savait-elle ? Pouvait-elle imaginer quelle serait sa vie ? Comment Joseph va-t-il réagir ? Mais le Seigneur s'occupe aussi de cette question. Il n'a pas laissé Marie seule face à ce qui vient de se passer. Joseph, qui voulait la répudier en secret, voit en songe un ange qui lui dit de ne pas craindre de prendre Marie pour épouse. Ainsi donc, il reste avec elle, veille sur elle et sur l'enfant et il est alerté dès qu'un danger menace leur vie. Dieu ne se retire pas là où son œuvre commence. Il va jusqu'au bout avec Marie et Joseph et de la même façon, il ira jusqu'au bout avec nous.

Acceptons aussi d'être dérangées dans notre quotidien. L'ange entre chez Marie, il vient à elle là où elle est, probablement au milieu de son travail habituel : l'extraordinaire au milieu de l'ordinaire. La venue d'un petit être en notre sein ne fait pas de bruit. Il arrive, il grandit alors que nous continuons notre vie, notre travail, nos activités. Nous ne nous doutons même pas encore de sa présence, que ses cellules se multiplient et que son cœur se met à battre dès la troisième semaine de vie ! Qui pourrait imaginer ce qui se passe dans le corps de la future mère ? Lorsqu'on la voit, rien de tout cela ne paraît. Écoutons la parabole de Jésus qui nous parle du semeur en ces termes : « Et il disait : “Il en est du règne de Dieu comme d'un homme qui jette le grain dans son champ : nuit et jour, qu'il dorme ou qu'il se lève, la semence germe et grandit, il ne sait comment” » (Mc 4,26–27). Vraiment, nous ne savons pas comment ce miracle a lieu en nous et pourtant, sans que nous y fassions attention, notre petit grandit en notre sein.

L'échange de paroles entre l'ange et Marie est bref, il va à l'essentiel et est empreint de silence. C'est en effet dans le silence que l'on peut rencontrer Dieu véritablement et sans artifice. Dans le silence, nous pouvons être nous-mêmes en vérité, sans nous soucier de ce que pense notre voisin. C'est dans ce silence que nous pouvons accueillir la présence de notre enfant en nous, et c'est dans ce même silence que Dieu travaille à le faire grandir.

Au cœur de notre quotidien le plus ordinaire, Dieu fait de l'extraordinaire. Alors, laissons le Seigneur nous appeler comme Marie, à la joie, à la confiance, à l'humilité, devant la grandeur du miracle qui a lieu en nous.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

marraines selon ton cœur. Amen.

5^e mois La Visitation

Luc 1,39–56

- 39 *En ces jours-là, Marie se mit en route rapidement vers une ville de la montagne de Judée.*
- 40 *Elle entra dans la maison de Zacharie et salua Élisabeth.*
- 41 *Or, quand Élisabeth entendit la salutation de Marie, l'enfant tressaillit en elle. Alors, Élisabeth fut remplie de l'Esprit Saint,*
- 42 *et s'écria d'une voix forte : « Tu es bénie entre toutes les femmes, et le fruit de tes entrailles est béni.*
- 43 *Comment ai-je ce bonheur que la mère de mon Seigneur vienne jusqu'à moi ?*
- 44 *Car, lorsque j'ai entendu tes paroles de salutation, l'enfant a tressailli d'allégresse au-dedans de moi.*
- 45 *Heureuse celle qui a cru à l'accomplissement des paroles qui lui furent dites de la part du Seigneur. »*
- 46 *Marie dit alors : « Mon âme exalte le Seigneur,*
- 47 *mon esprit exulte en Dieu mon Sauveur.*
- 48 *Il s'est penché sur son humble servante ; désormais tous les âges me diront bienheureuse.*
- 49 *Le Puissant fit pour moi des merveilles ; Saint est son nom !*
- 50 *Son amour s'étend d'âge en âge sur ceux qui le craignent.*
- 51 *Déployant la force de son bras, il disperse les superbes.*
- 52 *Il renverse les puissants de leurs trônes, il élève les humbles.*
- 53 *Il comble de bien les affamés, renvoie les riches les mains vides.*
- 54 *Il relève Israël son serviteur, il se souvient de son amour,*
- 55 *de la promesse faite à nos pères, en faveur d'Abraham et de sa race à jamais. »*

6 Marie demeura avec Élisabeth environ trois mois, puis elle s'en retourna chez elle.

Après l'annonce de l'ange, Marie se rend chez sa cousine Élisabeth, enceinte d'environ six mois. Prenons le temps d'imaginer la rencontre des deux femmes. Alors que nous commençons à bien sentir les mouvements du bébé en nous, attardons-nous sur ces paroles : « Au moment où Élisabeth entendit la salutation de Marie, l'enfant remua au-dedans d'elle. Élisabeth fut remplie du Saint-Esprit et s'écria d'une voix forte : "Tu es bénie entre toutes les femmes, et le fruit de tes entrailles est béni. Comment ai-je ce bonheur que la mère de mon Seigneur vienne jusqu'à moi ? Car, lorsque j'ai entendu tes paroles de salutation, l'enfant a tressailli d'allégresse au-dedans de moi". » Le bébé d'Élisabeth, de l'intérieur, a perçu que quelque chose se passait, il a « tressailli d'allégresse ». Caché, protégé du monde extérieur, il y est pourtant déjà connecté. Notre bébé ressent les événements importants, il bouge, il réagit à ce qui se passe autour de lui, notamment quand son père, sa mère, ses frères et sœurs prennent le temps de caresser le ventre, de vouloir communiquer avec lui. Il va se lover contre la main qui l'appelle de la paroi extérieure, créant ainsi un contact insolite du dehors avec le dedans. Du ventre d'Élisabeth, l'enfant a ressenti qu'il se passait quelque chose d'important et cette rencontre a provoqué en lui un sursaut de joie. Il a compris, et sa mère à travers lui a compris également, que l'enfant que portait Marie n'était pas un être ordinaire. Élisabeth, remplie de l'Esprit Saint, a perçu à travers le mouvement de son enfant que Marie était la mère de son Seigneur, alors que Jésus n'était encore qu'à peine développé ! C'est extraordinaire. Si Jean a

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

- 3 *Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en disant :*
- 4 *« Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes qu'il aime. »*
- 5 *Lorsque les anges eurent quitté les bergers pour le ciel, ceux-ci se disaient entre eux : « Allons jusqu'à Bethléem pour voir ce qui est arrivé, et que le Seigneur nous a fait connaître. »*
- 6 *Ils se hâtèrent d'y aller, et ils découvrirent Marie et Joseph, avec le nouveau-né couché dans la mangeoire.*
- 7 *Après l'avoir vu, ils racontèrent ce qui leur avait été annoncé au sujet de cet enfant.*
- 8 *Et tout le monde s'étonnait de ce que racontaient les bergers.*
- 9 *Marie, cependant, retenait tous ces événements et les méditait dans son cœur.*
- 10 *Les bergers repartirent ; ils glorifiaient et louaient Dieu pour tout ce qu'ils avaient entendu et vu selon ce qui leur avait été annoncé.*

Le temps de la naissance n'est pas tout à fait venu et pourtant, nous pouvons dès à présent commencer à méditer la nativité de Jésus.

Lorsque nous nous imprégnons des versets 4 à 7, il en résulte un grand calme. Ce calme, pourtant, n'est pas lié aux événements qui pourraient au contraire provoquer une agitation tout à fait justifiée. En effet, il n'y a plus de place pour eux dans les logements habituellement prévus pour les voyageurs et Marie est acculée à mettre son enfant au monde dans une étable. Voyons comment nous serions si nous accouchions dans ces conditions ! Observons un tant soit peu le dépouillement de Marie, observons ce bébé, Sauveur du monde dans cette crèche. Jésus

est couché dans une mangeoire, lui qui deviendra le « pain de la vie », ce pain que nous mangeons chaque dimanche. Le plan de Dieu est réalisé parfaitement, rien n'est laissé au hasard, les prophéties s'accomplissent, les événements prennent sens.

D'où vient le calme qui émane de ce récit ? Ainsi, nous pouvons nous interroger : où est notre essentiel ? Aujourd'hui, il nous faut absolument avoir tout préparé, avoir suivi la bonne préparation à la naissance, trouvé la maternité la plus sûre, refait le papier peint de la chambre, avoir en nombre suffisant et conformément à la liste donnée à la maternité tant de *bodys*, de pyjamas, de chaussons, etc. Bref, il nous faut être fin prête. Bien sûr, mon propos n'est pas de dire qu'il ne faut rien préparer, car l'accueil d'un nouveau-né réside aussi dans cette préparation matérielle et dans le cœur mis en celle-ci, et il est important de choisir ce qui nous convient pour notre enfant. Mais si toute cette préparation matérielle est nécessaire, peut-être que le plus important n'est pas là. Il émane de la crèche, ce lieu simple qui n'a a priori rien pour plaire, une paix divine. Quelles que soient nos conditions de vie et d'accouchement, soyons réceptives à cette paix. Celle-ci ne dépend pas tant de l'apparence extérieure que de notre intériorité. Elle ne dépend pas du faire, mais de l'être. Ainsi, tout en prenant soin de ce qui est à faire, n'oublions pas « d'être » d'abord, en cherchant la paix, la simplicité. Car c'est là que nous rencontrerons la vraie joie. Cherchons dans le silence, ce qui favorise l'intériorité, la relation et organisons notre quotidien en conséquence. La prière n'est ainsi plus une option : elle devient essentielle pour nous préparer à accueillir cet enfant.

Voyons maintenant la figure des bergers. Les premiers avertis... pétrifiés de peurs, les pauvres. Ils sont saisis d'une grande crainte. Ne sommes-nous pas nous-mêmes remplis de peurs ? Tant de questions et d'inquiétudes nous agitent parfois :

sommes-nous prêts pour accueillir un bébé ? Allons-nous savoir nous en occuper ? N'avons-nous rien oublié ? « Ne craignez pas » leur disent les anges. Comme j'aime à me répéter ces paroles. Les anges louent Dieu et nous redisent que Dieu « donne la paix aux hommes qu'il aime ». Laissons-le nous aimer, laissons-le nous regarder, et laissons-le aimer et regarder notre bébé. Et que le ciel, avec nous, soit tout en joie !

Comme Marie, gardons ces événements dans notre cœur et ne les oublions pas. Soyons capables de relire, de nous souvenir du temps de la naissance de notre enfant, ce temps où nous dépouillant entièrement, nous acceptons de ne plus être en contrôle total de la situation. Car il faut alors se soumettre, accepter la « crèche », lieu de nos pauvretés et impuissances. Il est en effet difficile d'accepter de ne pas tout maîtriser, que tout ne soit pas parfait, comme nous l'avions prévu au départ. Nous voulons alors faire bonne figure, montrer que tout va bien, et nous n'osons pas nous montrer telles que nous sommes avec nos faiblesses. La naissance d'un enfant nous met à nu, au sens propre comme au sens figuré. Nous n'accouchons pas avec nos vêtements, n'est-ce pas ? De même, il faut enlever toutes ces peaux que nous avons mises les unes sur les autres pour nous protéger, comme une armure. Jésus, par la crèche, nous montre son amour des petits, de ceux qui savent se reconnaître pauvre et faible. Car c'est dans cet endroit caché en nous qu'il veut venir se révéler. « Je ne suis pas venu pour les bien portants, mais pour les malades » dira-t-il. Et saint Paul, à son tour, osera cette phrase : « Alors que je suis faible, c'est là que je suis fort. » Dès que nous acceptons, à l'image de Joseph, Marie et Jésus, de nous dépouiller et de découvrir le lieu de nos pauvretés, quelle grâce ne recevons-nous pas ! Jésus vient habiter en nous et nous pouvons nous montrer tels que nous sommes. Alors, comme les bergers qui eux aussi vivent dans la plus grande simplicité, nous

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Nous pouvons compléter notre méditation avec le texte dans lequel Anne fait le don de celui qu'elle a de plus cher, son fils Samuel, le remettant entièrement au Seigneur (1 S 1,21–28). Nous pouvons continuer en notant ce que Samuel devient : « Samuel grandit. Le Seigneur était avec lui, et aucune de ses paroles ne demeura sans effet. » (1 S 3,19). Concernant Anne, sa mère : « Le Seigneur intervint en faveur d'Anne : celle-ci mit au monde encore trois fils et deux filles. Quant au jeune Samuel, il grandissait devant le Seigneur » (S 2,21). Nous voyons donc comment la grâce a surabondé pour Anne, bien au-delà de ses espérances.

Seigneur Jésus, toi qui t'es manifesté à Marie Madeleine devant le tombeau, qui l'a appelée par son prénom et lui a confié la mission d'annoncer aux disciples la bonne nouvelle de la résurrection, donne-nous d'annoncer ta Parole à nos enfants avec amour et tendresse. Inspire-nous des prières, des paroles de bénédictions, et des berceuses qui leur parlent de toi. Fais ton œuvre en eux, et donne-nous la persévérance dans la prière. Guéris en nous ce qui est abîmé, meurtri, et que nous puissions, comme Marie ta mère, ressentir alors la joie de la résurrection. Que nous prenions conscience de la beauté de notre vocation de femme, d'épouse et de mère. Amen.

Le mot de la fin

Voilà, en guise de conclusion, le guide du sauvetage *post-partum* en dix points pour survivre les premiers mois après un accouchement quand le découragement pointe son nez, accompagné de fatigue extrême...

1 – Agir avec douceur envers soi-même.

2 – Avoir de la miséricorde pour soi et savoir se pardonner.

3 – Me rappeler cela : mes enfants sont d'abord au Seigneur, il veille sur eux.

4 – S'efforcer d'être joyeux : « La gaieté est le remède à la fatigue, cause du découragement » (Saint Séraphin de Sarov).

5 – Demander à chaque instant la grâce d'accepter ma réalité aujourd'hui.

6 – Dire à mon conjoint au moins une fois chaque jour que je l'aime et faire un geste dans ce sens.

7 – Chaque jour, passer un moment exclusivement avec mon bébé pour prendre le temps de se connaître : peau à peau, massage, portage, berceuse...

8 – Ne faire qu'une seule chose/tâche à la fois sans penser à toutes celles qui attendent.

9 – Se faire aider par toutes les bonnes volontés.

10 – Méditer le texte de 1 R 19,3–9 lorsque le prophète Élie se fait nourrir par un ange sous le genêt alors qu'il souhaite mourir : « Lève-toi et mange, car le chemin est trop long pour toi. »

Table des matières

avant propos

avant la conception : le désir d'enfant

la conception d'un enfant

1^{er} mois : l'Annonciation

2^e mois : création de Dieu

3^e mois : tu as du prix à mes yeux

4^e mois : les tout-petits et Jésus

5^e mois : la Visitation

6^e mois : la révélation du nom

7^e mois : la tempête apaisée

8^e mois : la Nativité

9^e mois : l'accueil de l'enfant

la présentation de Jésus au temple

l'annonce de la foi : le rôle des femmes et des mères

le mot de la fin

Achévé d'imprimer par
Imprimeries Maury S.A.S.
Zone industrielle - Impasse des Ondes
CS 70 235 - 12 102 - Millau cedex
en octobre 2013

Dépôt légal : octobre 2013

Imprimé en France