

*Chers couples, Voici quelques conseils pour que votre retraite cana soit belle et sainte. Vous pourriez les transférer à votre conseiller spi... et en prendre connaissance aussi*

*Cher père, Je suis heureux que vous puissiez prêcher une retraite Cana. Voici quelques conseils qui ont pour but de vous aider, pas de vous contraindre !*

### In genere :

1. Une retraite cana comme toutes les retraites de couples vise à **renouveler leur amour** conjugal et **leur vie spirituelle**, de couple et individuelle.

J'insiste alors sur le repos, la prière, les délicatesses entre eux, les moments de DSA etc.

2. il est important de prendre la température des équipes et de repréciser la pédagogie cana qui doit vous être très familière, notamment quant à la charte, au rôle du chef et de l'aumônier : cf [https://cana.lagrasse.org/creer-un-groupe-cana/#role\\_des\\_chefs](https://cana.lagrasse.org/creer-un-groupe-cana/#role_des_chefs) etc. Précisez-leur combien les équipes se développent partout en France avec la carte de <https://cana.lagrasse.org/contact/> : ils sont sensibles et stimulés de se savoir entourés : j'insiste beaucoup sur la communion des saints entre les 1700 époux Cana de toute la France.

### In specie :

3. Je ne sais si vos couples pratiquent en forme ordinaire ou *vetus ordo* : mais je tiens beaucoup à l'unité ecclésiale et donc à une liturgie où tous prient en communion. Bien **prévoir les chants de l'adoration et de la messe** pour que tous puissent y bien prier.

4. Le programme doit viser une alternance des topos, des temps de prières et des temps entre eux ou en RV.

5. Je vous mets en pj une fiche de RV que vous pourrez adapter pour que les couples la remplissent.

Ils sont tellement nombreux que désormais je mets un google sheet à l'avance dans les programmes et ils la remplissent : c'est plus propre et commode pour tous. Vous trouverez ci-dessous un modèle de programme avec en hyperliens les supports des conférences qu'ils peuvent imprimer à l'avance pour suivre et la sheet des RV.

A chaque retraite, TOUT le temps du prêtre en dehors des topos et du bréviaire est pris par les couples (30 min/couple en moyenne). Sans compter les confessions que je concentre sur l'adoration en principe.

6. Pour le DSA, il faut s'assurer qu'ils ont la trame habituelle. Certains le font TB, d'autres peinent beaucoup : les aider... elle est sur le site et aussi là : <http://amis.lagrasse.org/DSA+PEM+END+St-Valentin.pdf> ainsi que l'examen de conscience pour couples : [examen seul](#) : il suffit de cliquer mais à télécharger avant s'ils n'ont pas de réseau.

7. Pour l'adoration, je tiens beaucoup à une alternance de silence, de chants (prévus à l'avance) et de textes : j'utilise souvent ce compendium : [http://amis.lagrasse.org/textes-adoration-Eucha-WE\\_couples.pdf](http://amis.lagrasse.org/textes-adoration-Eucha-WE_couples.pdf) ils sont tous beaux et je les laisse choisir. Prévoir donc lecteur et chantre + un thuriféraire et bien sûr prévoir tout le matériel liturgique avec le lieu, mais vous devez avoir l'habitude.

8. Ils accrochent bien avec l'oraison guidée (dimanche matin avant la messe par exemple) depuis des années.

9. Bien sûr budgétiser le WE et demander au conseiller spi ses frais (voyage + retraite : la CEF demande un **minimum** de 190€ pour une retraite d'un WE).

10. Le/les couples organisateurs doivent désigner un couple « time keeper » (maître du temps autoritaire et muni de clochette au cas où) pour que les horaires soient respectés par tous et ne pas avoir à (trop) courir après le temps.

Ces retraites semblent faire un bien fou, comme les TD cana d'ailleurs et je me réjouis de ce que vous leur donnerez.

Que saint Joseph nous garde en son recueillement !

Père Jean-Baptiste, crmd

04 68 58 11 58 (11h30-12h15+20h-20h30) ou 11 53 (direct sur RV) [www.lagrasse.org](http://www.lagrasse.org)