

# Accompagner à distance

Comme Jésus avec Nathanaël, nous voulons accompagner ceux qui sont loin et peut-être seuls. Notre prière, l'offrande de la douleur que nous cause la distance et « l'imagination de la charité » peuvent remplir de joie et de paix le cœur de ceux que nous aimons.

12/11/2025

Nathanaël a découvert le Messie parce qu'il a senti sa *présence* silencieuse et intime sous le figuier.

Souvent, la solitude qui s'est installée dans nos sociétés nous fait souffrir. Ce n'est pas le cas partout dans le monde, mais on peut dire que partout, il existe des situations de distance physique, émotionnelle ou spirituelle qui nous font souffrir.

La solitude de certaines personnes malades, à l'hôpital ou chez elles, peut nous sembler particulièrement douloureuse, mais il y a aussi beaucoup de personnes en bonne santé qui sont seules. D'autres s'isolent peut-être involontairement parce qu'elles ne savent pas se laisser prendre en charge. Une chose, même très courante et naturelle, peut nous causer aussi une profonde douleur : un changement de résidence qui implique qu'une sœur ou un ami sera moins accessible ou moins proche qu'auparavant ; la fin d'une période d'études qui entraîne la séparation d'un groupe d'amis ; le mariage d'un membre de la famille

qui implique le départ du foyer familial.

Évidemment, dans toutes ces situations, il est bon d'être très sincères avec Dieu et avec nous-mêmes afin d'éviter que cette distance ne soit en partie causée par notre confort ou notre égoïsme, ce que nous ne pouvons exclure *a priori*. Cependant, il s'agit ici plutôt de penser à des conditions de distanciation qui nous sont en quelque sorte imposées, ne serait-ce que par le fait que nous ne pouvons pas être à deux endroits à la fois.

En Christ, nous pouvons atteindre le dernier recoin de la planète, le dernier lit d'hôpital, jusqu'au plus profond d'un cœur, fut-il lointain. Avec Lui, nous sommes capables d'apporter chaleur, lumière et affection à toute âme qui se trouve seule sous son figuier. En vivant dans le Christ, nous pouvons dépasser nos

limites de temps et d'espace. Nous voulons *accompagner* ceux qui se sentent seuls, mais pour cela, il faut aussi que nous permettions au Christ de nous rendre visite sous notre propre figuier. « Par le Christ, avec lui et en lui », nous parvenons à annuler cette distance et à nous rendre présents d'une manière divine, mais en même temps profondément humaine.

## **Une souffrance très intime**

La vie quotidienne nous offre de nombreuses *distances* que nous pouvons offrir à Jésus. Ces souffrances ne lui sont pas indifférentes. « “Maître, nous sommes perdus ; cela ne te fait rien ?” (V. 38). *Cela ne te fait rien* : ils pensent que Jésus se désintéresse d'eux, qu'il ne se soucie pas d'eux. Entre nous, dans nos familles, l'une des choses qui fait le plus mal, c'est quand nous nous entendons dire :

“Tu ne te soucies pas de moi ?”. C’est une phrase qui blesse et déclenche des tempêtes dans le cœur. Cela aura aussi touché Jésus, car lui, plus que personne, tient à nous. En effet, une fois invoqué, il sauve ses disciples découragés » <sup>[1]</sup>.

Cela nous fait souffrir de ne pas pouvoir être près de ceux que nous aimons, car eux aussi comptent beaucoup pour nous. Jésus lui-même et sa mère avaient souffert d'une séparation pendant trois jours lorsqu'il avait douze ans et s'était perdu dans le Temple. Au début, Marie ne comprenait pas pourquoi Jésus avait permis l'angoisse que cette distance lui causait. Il est possible qu'elle se soit sentie coupable de ne pas avoir suffisamment pris soin de son Fils.

Des sentiments très contradictoires peuvent s'affronter dans notre cœur : d'une part, la conscience que d'autres

devoirs inéluctables nous empêchent objectivement de nous occuper comme nous le souhaiterions des personnes que nous aimons, et d'autre part, le désir de prendre soin d'elles, de les embrasser, de leur faire sentir qu'elles sont aimées. Avec le temps, vingt ans plus tard, Marie a découvert que Jésus s'absentait encore trois jours et se consacrait à nouveau aux affaires de son Père, et elle a compris que la distance n'était qu'apparente. Elle a oublié sa propre douleur et s'est consacrée à soutenir les apôtres, y compris ceux qui ne sont pas revenus immédiatement comme Thomas, car elle aussi voulait se consacrer aux affaires de son Père.

Il existe des situations particulièrement douloureuses. Par exemple, lorsque la maladie empêche les personnes que nous aimons le plus de nous reconnaître. D'autres fois, il n'est pas facile de

comprendre ce que ressent un père ou une mère qui doit émigrer pour assurer l'avenir de sa famille, laissant pour un temps ses parents, son conjoint et ses enfants. Parfois encore, la distance peut être causée par la séparation de deux conjoints, ou peut-être encore plus douloureuse lorsqu'un divorce, souvent non souhaité par les deux, s'interpose entre eux. Ces dernières situations peuvent impliquer la séparation des enfants, au moins pendant certaines périodes. Il y a aussi la souffrance du prêtre qui doit s'occuper de plusieurs villages et qui ne parvient pas à rendre visite aussi souvent qu'il le souhaiterait à ses paroissiens malades ou mourants. Comment ne pas penser à un père qui voit son fils choisir de mauvaises fréquentations, ce qui peut compromettre définitivement son bonheur, en plus de l'éloigner de sa famille ? Ce ne sont là que quelques exemples parmi une multitude de situations dans

lesquelles une distance de nature et de degré divers s'interpose entre nous et les personnes que nous aimons. Ce sont des circonstances qui placent sous leur figuier ceux que nous aimons le plus.

Lorsque nous envisageons le cas où notre présence est impossible, nous pourrions être tentés de baisser les bras, de nous résigner et de ne rien faire. Cependant, la foi nous assure que même dans ce cas, nous pouvons être pour eux le canal d'« une joie authentiquement évangélique, qui nous demande d'abattre les murs de l'indifférence »<sup>[2]</sup>. Il y a quelque chose qui est à la portée de tous dans cette situation et qui peut avoir une valeur encore plus grande que la présence physique, en plus de nous remplir de paix. « Cultivons l'unité avec nos proches, ouvrons notre cœur à ceux qui sont plus éloignés et, en particulier, à ceux qui sont dans le besoin »<sup>[3]</sup>.



## Tenir *compagnie* à distance

D'une certaine manière, Jésus était sous le figuier, même si Nathanaël était absolument convaincu qu'il était seul. Les moments décrits ci-dessus sont une occasion magnifique de profiter de la Communion des Saints. La prière d'intercession est un moyen privilégié pour la vivre.

Nathanaël s'est convaincu que Jésus était le Messie parce qu'il a su, *a posteriori*, qu'il l'avait *accompagné* à ce moment de sa vie : « Avant que Philippe t'appelle, quand tu étais sous le figuier, je t'ai vu » (Jn 1, 48).

Beaucoup de gens ont besoin aujourd'hui que Jésus se rende présent sous leur figuier. Avec la grâce, nous pouvons atteindre ces lieux apparemment inaccessibles, « Car c'est en lui que nous avons la vie, le mouvement et l'être » (Ac 17, 28). Si nous vivons sa vie, la distance ne nous séparera pas (cf. Rm 8, 35-39).

Même si nous ne pouvons pas être physiquement à leurs côtés, les personnes que nous aimons sentiront la présence du Sauveur, et la nôtre, à leurs côtés.

Saint Josémaria était très conscient que la distance n'était pas un obstacle pour accompagner ses enfants. Il écrivait à ses filles du Mexique : « Vous savez que, même de loin, je vous accompagne toujours »<sup>[4]</sup>. À ses enfants d'Australie, à l'autre bout du monde, il confiait : « Quelle compagnie je vous fais, d'ici ! »<sup>[5]</sup>. Il souffrait comme nous dans ces situations : « Paco : ne vois-tu pas que le pauvre grand-père – c'est ainsi qu'il se désignait dans ses lettres pendant la guerre civile, pour échapper aux dangers de la censure de guerre – est à vif, inquiet pour ses petits ? »<sup>[6]</sup>. Il croyait fermement que cette proximité et cette union « ne reposaient pas sur le fait matériel de vivre sous le même toit. Comme les

premiers chrétiens, nous sommes *cor unum et anima una* (Ac 4, 32) » <sup>[7]</sup>.

La distance qui nous sépare de nos proches peut être beaucoup plus difficile à supporter que toute autre souffrance personnelle. Offrir à Dieu notre souffrance pour ceux que la vie a éloignés de nous est déjà un début de rapprochement. De plus, le fait que la distance empêche une connexion immédiate peut être l'étincelle qui allume « l'imagination de la charité » <sup>[8]</sup>, « pour apporter le baume de la tendresse de Dieu à tous nos frères dans le besoin » <sup>[9]</sup>.

Dans ces situations, il est plus important que jamais de découvrir quels gestes d'affection sont décisifs pour chacun. Il peut être utile de leur demander de prier pour nous, d'offrir leur souffrance ou de nous donner des conseils pour notre mission apostolique. Il est certainement réconfortant pour eux

que nous validions leurs sentiments. Le fait de se souvenir de leurs anniversaires et de leurs célébrations leur donnera l'assurance que nous sommes proches d'eux. Certaines personnes continuent d'envoyer des lettres ou des cartes postales, et pour la plupart elles utilisent les immenses possibilités offertes par la technologie pour leur prêter attention, les écouter ou leur raconter des choses qui les distraient. L'envoi d'un petit cadeau, comme des vêtements ou un souvenir personnel, est également une façon de se rendre présent et peut compenser le manque de contact. Parfois, un petit geste suffit pour montrer que nous nous souvenons de cette personne qui nous est chère et de ses goûts. Il est généralement bon de les remercier souvent pour tout ce qu'ils ont fait, et aussi de leur demander pardon pour les difficultés que nous leur avons causées tant de fois. Nous voulons demander au Seigneur que

la distance ne soit jamais le résultat de notre manque d'empathie pour leurs désirs les plus profonds.

## **N'y a-t-il pas des gardiens ?**

Dans cette mission d'accompagner ceux que nous aimons, il n'y a pas de meilleurs alliés que les Anges Gardiens. Ce sont des complices très intéressés par *l'assaut* que nous voulons mener contre l'isolement de ces personnes qui nous sont chères. Lorsque Jésus entend la confession de Nathanaël, il lui répond en lui ouvrant des horizons insoupçonnés : « Je te dis que je t'ai vu sous le figuier, et c'est pour cela que tu crois ! Tu verras des choses plus grandes encore. [...] Amen, amen, je vous le dis : vous verrez le ciel ouvert, et les anges de Dieu monter et descendre au-dessus du Fils de l'homme » (Jn 1, 50-51). La présence de Jésus sous le figuier auprès de

Nathanaël et l'action des anges sont invisibles, mais absolument réelles.

Un jour, saint Josémaria apprit que deux de ses fils traversaient une situation difficile. Ils devaient séjourner dans une pension dont l'ambiance n'était pas recommandable. L'un d'eux parlait par euphémisme d'un « voisinage dangereux ». Le journal de ces jours-là en dit plus sur la nature du danger : « dans cette maison, comme il est naturel, il y a son lot de *renards levantins* ». <sup>[10]</sup> Quelques mois plus tard, à Burgos, saint Josémaria rédigea un point de Chemin qui fait référence à cette situation : « Il y a dans ce milieu bien des occasions de s'égarer ? – Soit. Mais n'y aurait-il pas aussi des anges gardiens ? » <sup>[11]</sup>.

Nous pouvons bien nous servir de l'aide de ces puissants intercesseurs pour accompagner nos proches et leur apporter la chaleur de la

compagnie et l'aide spirituelle dont ils ont besoin. Les distances s'annulent parce que l'affection *s'envole* et devient éternelle et divine.

\* \* \*

« Vous verrez le ciel ouvert » (Jn 1, 51). Le ciel est ouvert parce que la Vierge en est la Porte. Notre foi nous assure que lorsque les personnes que nous aimons affronteront la solitude du dernier pas vers la vie éternelle, elles ne manqueront pas de la caresse maternelle de la Vierge, comme Jésus qui, sur la croix, n'a pas été privé de la présence de sa mère. Nous aimerions être *présents* aux côtés de ceux que nous aimons dans ces derniers instants à l'ombre de leur figuier. Notre mère nous fera le cadeau de nous faire entrer, par sa main, dans cette terre sacrée.

---

[1] François, *Moment extraordinaire de prière en temps d'épidémie*, 27-III-2020.

[2] Léon XIV, *Message pour la Ve Journée mondiale des grands-parents et des personnes âgées* (27 juillet 2025).

[3] Léon XIV, *Message pour la Ve Journée mondiale des grands-parents et des personnes âgées* (27 juillet 2025).

[4] *Lettre à ses filles du Mexique, depuis Rome*, 20 juin 1950 (AGP, série A.3.4, 500620-7).

[5] *Lettre à ses enfants d'Australie, depuis Rome*, 8 avril 1964 (AGP, série A.3.4, 640408-1).

[6] *Lettre à ses enfants de Valence*, 25 juillet 1937 (AGP, série A.3.4, 370725-3).

[7] *Lettre 11*, n° 23.



[8] Saint Jean-Paul II, *Lettre apostolique Novo millennio ineunte*, 6 janvier 2001, n° 50.

[9] Fernando Ocáriz, *Lettre pastorale*, 14 février 2017, n° 31.

[10] *Journal du passage des Pyrénées*, 6 et 7 octobre 1937 (Juan Jiménez Vargas), p. 2, dans AGP, sec A, leg 2, carp 2, exp 1 et 2.

[11] *Chemin*, n° 566.

Diego Zalbidea // Photo: Krunal Mistry, Unsplash

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-be/article/fraternite-  
accompagner-a-distance/](https://opusdei.org/fr-be/article/fraternite-accompagner-a-distance/) (09/02/2026)