

# Méditation : Dimanche de Pâques

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : la Résurrection remet le feu dans la vie des saintes femmes ; Pierre et Jean se rendent en courant au tombeau ; près de Marie, dans la joie de la Résurrection.

- La Résurrection remet le feu dans la vie des saintes femmes
- Pierre et Jean se rendent en courant au tombeau
- Près de Marie, dans la joie de la Résurrection

LE JOUR se lève sur Jérusalem. L'obscurité domine tout jusqu'à ce que le soleil commence à éclairer les remparts, le Temple, les tours de la forteresse... Marie Madeleine et d'autres femmes se dirigent vers le nord-ouest de la ville, là où se trouve le Calvaire. Les rues sont vides. Elles ont l'impression que la mort de Jésus a plongé la terre dans l'obscurité pour toujours ; le soleil ne brillera plus comme au temps où leur maître était avec elles. Cependant, elles n'ont cure du manque de lumière ou de ce que le Sanhédrin ait posté des gardes, pas plus que du fait que le Christ soit mort depuis trois jours. Elles ne savent pas non plus qui leur enlèvera la pierre qui ferme le tombeau, mais elles ne veulent pas rester chez elles. Elles suivent les traces du passage de Jésus ; leur cœur était de nouveau tout

frémissant, mais elles ne cèdent pas à la peur.

« Je suis ému par la foi de ces femmes, dit saint Josémaria, et cela me rappelle tant de bonnes choses de ma mère, tout comme vous vous souviendrez de beaucoup de choses merveilleuses de votre propre mère. Ces femmes étaient au courant de la présence des soldats, elles savaient que le tombeau était complètement fermé : mais elles ont dépensé leur argent, et à l'aube, elles sont allées oindre le corps de notre Seigneur [...] Il fallait qu'elles soient courageuses ! [...] Lorsqu'elles sont arrivées au tombeau, elles ont remarqué que la pierre avait été enlevée. Cela arrive toujours. Lorsque nous nous décidons à faire ce que nous devons faire, les difficultés sont facilement surmontées » [1].

Nous leur demandons le même amour de Jésus, plus fort que les

souffrances terribles de sa Passion. Dans le cœur de ces femmes, le foyer que le Christ avait allumé ne s'était pas tout à fait éteint. Elles se sont levées très tôt mais pas en vain. Dieu ne peut résister à un tel amour et leur communique la meilleure des nouvelles, la page définitive où toutes les prophéties trouvent leur accomplissement : « Je suis ressuscité et maintenant je suis pour toujours avec toi, dit-il à chacun d'entre nous. Ma main te soutient. Où que tu puisses tomber, tu tomberas dans mes mains. Je suis présent jusqu'aux portes de la mort. Là où personne ne peut plus t'accompagner et où tu ne peux rien emporter, là je t'attends et je change pour toi les ténèbres en lumière » [2].

ELLES COURENT jusqu'au Cénacle, toutes joyeuses bien qu'encore un peu confuses, pour annoncer aux apôtres ce qu'elles ont vu. Ceux-ci trouvent assez fou ce qu'ils

entendent des lèvres de ces femmes, arrivées hors d'haleine à cause de leur course. Leurs propos sont entremêlés de larmes et de manifestations de joie, compte tenu de la tension de l'heure. Pierre et Jean souhaitent être au courant de tout ce qui concerne leur maître. Ce qu'ils viennent d'entendre ne les a peut-être pas convaincus mais ils partent, en courant eux aussi. « Ils couraient tous les deux ensemble, mais l'autre disciple courut plus vite que Pierre et arriva le premier au tombeau » (Jn 20, 4). Nous aussi nous voulons courir avec eux et, même, dépasser Jean. Et si ce que disent les femmes était vrai ? Et si Jésus avait accompli ce qu'il avait promis ? En parcourant les rues, au fur et à mesure que le jour se fraye un passage, l'espérance grandit dans le cœur de ces deux apôtres.

Nous pouvons fixer notre attention, l'espace d'un moment, sur saint

Pierre qui « n'est pas resté assis à réfléchir, ni n'est resté enfermé à la maison comme les autres. Il ne s'est pas laissé prendre par l'atmosphère morose de ces journées, ni emporter par ses doutes ; il ne s'est pas laissé accaparer par les remords, par la peur ni par les bavardages permanents qui ne mènent à rien. Il a cherché Jésus, pas lui-même. [...] Cela a été le début de la “résurrection” de Pierre, la résurrection de son cœur. Sans céder à la tristesse ni à l'obscurité, il a laissé place à la voix de l'espérance : il a permis que la lumière de Dieu entre dans son cœur, sans l'éteindre » [3].

Même si, comme Pierre, nous avons parfois renié Jésus, comme Pierre aussi, nous voulons retourner près de lui. « C'est le moment de vous renouveler, mes enfants, disait saint Josémaria ; la sainteté, c'est cela : renaître chaque jour, recommencer

chaque jour. Ne vous inquiétez pas de vos erreurs, si vous avez la bonne volonté de repartir à zéro... Ces obstacles qui se dressent au long de votre course, mettez-les aux pieds de Jésus-Christ, pour qu'il soit bien haut, pour qu'il triomphe : et toi, avec lui. Ne t'inquiète jamais, rectifie, repars, essaye encore et encore, et à la fin, si tu n'y arrives pas, le Seigneur t'aidera à sauter par-dessus le parapet ; le parapet de la sainteté. C'est aussi une manière de se renouveler, de vaincre : chaque jour une résurrection, qui est la certitude que nous sommes arrivés au bout de notre chemin, qui est l'amour » [4].

---

MARIE, la mère de Jésus, ne s'est pas rendue ce matin-là au tombeau. Elle est restée à la maison et, peut-être, elle sourit par-devers elle. Personne, excepté elle, n'a réussi à accepter

réellement le plan de Dieu le Père ; les autres « n'avaient pas compris que, selon l'Écriture, il fallait que Jésus ressuscite d'entre les morts » (Jn 20, 9). Marie avait l'habitude de garder les propos de Jésus dans son cœur : depuis ce vendredi de douleur, elle a cherché à se concentrer sur les merveilles que Jésus avait dites et faites. Ses mots mystérieux évoquant la résurrection au troisième jour lui sont probablement revenus à l'esprit. Rien de ce qui concernait son Fils ne pouvait plus la surprendre.

Pour nous, plus de deux mille ans après les événements que nous contemplons, le Vendredi Saint et la Résurrection de Jésus continuent de donner force et sens à notre vie. C'est pourquoi «toutes les choses de la terre ont l'importance que nous voulons leur donner. Tout ce qui se passe ici-bas, si nous sommes divinisés, ne nous troublera pas.

Quand, à cause de notre faiblesse et de nos erreurs, nous donnons de l'importance à ces petites choses et que nous souffrons, c'est parce que nous le voulons. Collés au Seigneur, nous sommes en sécurité. Unis à la Croix du Christ, à la gloire de la Résurrection et au feu de la Pentecôte, tout peut être vaincu» [5].

Saint Josémaria aimait se savoir tout près de la Vierge Marie, en particulier lors de la joie pascale, « toujours sûrs de la victoire de la Résurrection » [6]. En récitant le *Regina Cœli* nous pourrons susciter bien des sourires chez notre Mère, saintement fière de ses enfants nouveau-nés, renouvelés par la Pâque. « Réjouissez-vous, Vierge Marie », lui dirons-nous, animés du désir de la rejoindre dans sa joie, d'autant que nous savons bien que Jésus est resté avec nous pour toujours.

---

[1]. Saint Josémaria, Méditation, 29 mars 1959.

[2]. Benoît XVI, Homélie, 7 avril 2007.

[3]. Pape François, Homélie, 26 mars 2016.

[4]. Saint Josémaria, Méditation, 29 mars 1959.

[5]. *Ibid.*

[6]. *Ibid.*

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-cd/meditation/  
meditation-dimanche-de-paques/  
\(02/02/2026\)](https://opusdei.org/fr-cd/meditation/meditation-dimanche-de-paques/)