

## Méditation : 3ème dimanche de Pâques (cycle B)

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : le Christ Ressuscité se présente devant ses disciples ; les premiers chrétiens annoncent la miséricorde de Dieu ; nous sommes des témoins de Jésus.

- Le Christ Ressuscité se présente devant ses disciples
- Les premiers chrétiens annoncent la miséricorde de Dieu
- Nous sommes des témoins de Jésus

NOUS VOILÀ arrivés à la troisième semaine de Pâques. L'Évangile nous fait entrer dans le Cénacle, à la nuit tombée, le jour même de la résurrection de Jésus. Les disciples d'Emmaüs « racontaient ce qui s'était passé sur la route, et comment le Seigneur s'était fait reconnaître par eux à la fraction du pain » (Lc 24, 35). Aucun doute n'est plus possible, tant sont nombreux les témoignages qui, tout au long de la journée, ont confirmé la résurrection du Maître. C'était leur seul sujet de conversation. Alors qu'ils en parlent en s'aidant mutuellement à se rappeler les promesses de Jésus « lui-même fut présent au milieu d'eux, et leur dit : "La paix soit avec vous !" » (Lc 24, 36). Il les a salués en leur apportant la paix, comme il le leur avait recommandé autrefois lorsqu'ils entreraient dans une maison (cf. Lc 10, 5).

Bien que les personnes présentes au Cénacle fussent déjà convaincues de la résurrection du Seigneur, elles ont réagi avec étonnement et crainte devant l'apparition car « ils croyaient voir un esprit » (Lc 24, 37). Comme cette nuit-là sur la mer, lorsqu'il leur était apparu sur les eaux, au milieu de la tempête (cf. Mc 6, 50). Cette fois-ci, Jésus insiste sur la réalité de sa présence physique. Il leur montre ses blessures, une sorte de lettres de créance, son document d'identité : « “Pourquoi êtes-vous bouleversés ? Et pourquoi ces pensées qui surgissent dans votre cœur ? Voyez mes mains et mes pieds : c'est bien moi ! Touchez-moi, regardez : un esprit n'a pas de chair ni d'os comme vous constatez que j'en ai”. Après cette parole, il leur montra ses mains et ses pieds » (Lc 24, 38-40).

Devant la confusion des apôtres, que l'évangéliste explique par la joie qui les avait saisis, Jésus leur donne un

autre argument : « Avez-vous ici quelque chose à manger ? » (Lc 24, 41). Une nouvelle fois, il partage le repas avec eux, comme trois jours plus tôt, en instituant l'Eucharistie. Ainsi il démontre qu'il « ne vient pas du monde des morts — ce monde qu'il a déjà définitivement laissé derrière lui — mais bien au contraire, qu'il vient précisément du monde de la vie pure » [1]. Nous pouvons accueillir l'invitation que saint Josémaria nous adresse en contemplant la résurrection du Christ : « Avant de terminer cette dizaine, tu as embrassé les blessures de ses pieds..., et moi, plus audacieux — étant plus enfant — j'ai posé les lèvres sur son côté ouvert » [2]

---

« ALORS il ouvrit leur intelligence à la compréhension des Écritures » (Lc 24, 45). Comme il l'avait fait avec les disciples d'Emmaüs, le Seigneur leur accorde la grâce de discerner les prophéties de l'Ancien Testament le concernant. Jésus continue de les former, après trois années d'enseignement : maintenant il leur prête un secours spécial pour l'interprétation des Écritures. Grâce à cette lumière, les disciples comprennent le sens de tout ce qu'ils ont vécu auprès du Maître. « Il leur dit : “Ainsi est-il écrit que le Christ souffrirait, qu'il ressusciterait d'entre les morts le troisième jour, et que la conversion serait proclamée en son nom, pour le pardon des péchés, à toutes les nations, en commençant par Jérusalem” » (Lc 24, 46-47). Sous l'impulsion de ces mots, les premiers chrétiens ont annoncé la proximité de la miséricorde de Dieu, mais en précisant que ce n'est plus une simple promesse ; désormais, les

disciples seraient les ministres de la réconciliation, puisque Jésus leur avait dit : « À qui vous remettrez ses péchés, ils seront remis » (Jn 20, 23).

Dans la première lecture, nous écoutons le témoignage de saint Pierre : « Convertissez-vous donc et tournez-vous vers Dieu pour que vos péchés soient effacés » (Ac 3, 19). Dans la seconde, la remarque de saint Jean : « Mes petits enfants, je vous écris cela pour que vous évitez le péché. Mais si l'un de nous vient à pécher, nous avons un défenseur devant le Père : Jésus Christ, le Juste. C'est lui qui, par son sacrifice, obtient le pardon de nos péchés, non seulement les nôtres, mais encore ceux du monde entier » (1 Jn 2, 1-5). Chaque année, à Pâques, l'Église renouvelle cette invitation. « La Confession, c'est le passage de la misère à la miséricorde, c'est l'écriture de Dieu dans le cœur. A chaque fois, nous y lisons que nous

sommes précieux aux yeux de Dieu, qu'il est Père et qu'il nous aime plus que nous nous aimons nous-mêmes. [...] Combien de fois nous nous sentons seuls et perdons le fil de la vie. Combien de fois nous ne savons plus comment recommencer, opprêssés par la difficulté de nous accepter. Nous avons besoin de recommencer mais nous ne savons pas à partir d'où. [...] C'est seulement en tant que pardonnés que nous pouvons repartir rassurés, après avoir éprouvé la joie d'être aimés du Père jusqu'au bout. Des choses vraiment nouvelles en nous se produisent seulement à travers le pardon de Dieu » [3].

---

LA LITURGIE actualise le mystère pascal et, par conséquent, la mission apostolique. Comme il y a vingt siècles, Jésus ressuscité nous dit : « À

vous d'en être les témoins » (Lc 24, 48). Cet appel à l'apostolat fait partie de notre identité chrétienne. « La nouvelle évangélisation doit impliquer que chaque baptisé soit protagoniste d'une façon nouvelle. Cette conviction se transforme en un appel adressé à chaque chrétien, pour que personne ne renonce à son engagement pour l'évangélisation, car s'il a vraiment fait l'expérience de l'amour de Dieu qui le sauve, il n'a pas besoin de beaucoup de temps de préparation pour aller l'annoncer » [4].

« À vous d'en être les témoins » (Lc 24, 48) Comment être un bon témoin ? « Nous ne pouvons être témoins que si nous connaissons le Christ personnellement et non seulement à travers les autres, par notre propre vie, par notre rencontre personnelle avec le Christ. En le rencontrant réellement dans notre vie de foi nous devenons des témoins

et nous pouvons ainsi contribuer à la nouveauté du monde, à la vie éternelle » [5]. Vivre en ayant le sens de la mission présuppose un cœur amoureux, être les amis de Jésus ressuscité, le fréquenter dans le pain et la parole. « Jésus-Christ vit, disait saint Josémaria, avec une chair comme la mienne, mais glorieuse ; avec un cœur de chair comme le mien [...]. “Je sais, moi, que mon Rédempteur est vivant”. Mon Rédempteur, mon Ami, mon Père, mon Roi, mon Dieu, mon Amour, est vivant ! Il prend soin de moi » [6].

Bien conscients de l'importance de notre mission, nous voulons imiter les premiers chrétiens : aller auprès de la Vierge Marie, Reine des Apôtres, pour qu'elle nous aide à devenir des hérauts du Christ.

---

[1]. Benoît XVI, Jésus de Nazareth,  
vol. II, Parole et Silence, Paris, 2012.

[2]. Saint Josémaria, Saint Rosaire,  
premier mystère glorieux.

[3]. Pape François, Homélie, 29 mars  
2019.

[4]. Pape François, *Evangelii  
gaudium*, n° 120.

[5]. Benoît XVI, Audience générale, 20  
janvier 2010.

[6]. Saint Josémaria, Instruction 9  
janvier 1935, n° 248.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ch/meditation/  
meditation-dimanche-3-temps-pascal/](https://opusdei.org/fr-ch/meditation/meditation-dimanche-3-temps-pascal/)  
(20/01/2026)