opusdei.org

Méditation : le Sacré Cœur de Jésus

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : nous valons tout le sang du Christ ; un cœur qui ne finit jamais de nous chercher ; prendre la route du retour.

- Nous valons tout le sang du Christ

- Un cœur qui ne finit jamais de nous chercher

- Prendre la route du retour

« VOICI, d'âge en âge, les desseins de son Cœur : délivrer leurs âmes de la mort et les nourrir aux jours de famine » [1]. L'Église nous propose ces mots du psalmiste pour entrer dans le mystère du Sacré-Cœur de Jésus et de son amour pour nous. Ils nous rappellent que le cœur de Dieu nourrit des projets qui embrassent l'histoire personnelle de chaque être humain ; ce sont des projets de liberté et de vie. « Nous ne sommes pas le produit occasionnel et dénué de sens de l'évolution. Chacun de nous est le fruit d'une pensée de Dieu. Chacun de nous est désiré, chacun de nous est aimé, chacun de nous est nécessaire » [2].

Nous pouvons contempler Jésus sur la Croix, qui a laissé transpercer son cœur pour nous donner une preuve supplémentaire qu'il nous aime inconditionnellement. Saint Ambroise fait remarquer que « de même qu'Ève a été formée du côté

d’Adam endormi, ainsi l’Église est née du cœur transpercé du Christ mort sur la Croix » [3]. Nous pouvons dire, dans un certain sens, que notre origine est dans le cœur transpercé de Jésus. Notre vie de chrétien jaillit de ce côté, qui est comme une source à laquelle nous pouvons revenir sans cesse, pour reprendre des forces sur notre chemin.

« Jésus sur la Croix, le cœur transpercé d’Amour pour les hommes ; voilà une réponse éloquente — les paroles sont superflues — à notre question sur la valeur des choses et des personnes. Les hommes, leur vie, leur bonheur ont une telle valeur que le Fils de Dieu lui-même se livre pour les racheter, les purifier, les élever » [4]. En célébrant le Sacré-Cœur du Seigneur, nous réalisons qu’au-delà de la souffrance et de la défaite, il y a quelqu’un pour qui nous sommes irremplaçables. C’est pourquoi c’est

dans la prière, ce dialogue de cœur à cœur avec le Christ, que nous pouvons toujours retrouver la joie et la confiance.

PARFOIS, notre paix peut être menacée lorsque nous découvrons la présence du péché dans notre vie ; peut-être cela se produit-il lorsque nous succombons à la tentation et que nous nous empêtrons dans nos propres vices. En fait, nous détestons le péché qui nous éloigne de Dieu, qui nous fait du mal à nous-mêmes et aux autres, mais nous n'arrivons pas à trouver le moyen d'en sortir. Dans ces moments-là, notre volonté semble être en sommeil et peut-être avons-nous l'impression d'être paralysés dans la vie spirituelle. Si nous avons l'impression que notre cœur ne réagit pas, nous pouvons nous rappeler que le cœur de Jésus

est doux et humble, refuge et repos pour qui se réfugie en lui, « Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et qui ployez sous le fardeau, et moi je vous donnerai du repos » (Mt 11, 28). De plus, le Christ est le bon berger qui nous cherche continuellement, qui fait son chemin pour nous trouver et nous porter à nouveau sur ses épaules. Savoir que son cœur ne dort pas, même lorsqu'il semble que le nôtre est loin, nous remplit de confiance pour recommencer nos luttes quotidiennes.

« Le cœur du Bon Pasteur nous dit que son amour ne connaît pas de limites, qu'il ne se lasse pas et ne renonce jamais. […] Il est incliné vers nous, spécialement concentré sur ceux qui sont loin ; là, il pointe avec ténacité l'aiguille de sa boussole, là, il révèle la faiblesse d'un amour particulier, parce qu'il désire atteindre tout le monde et ne perdre personne » [5]. Nos péchés ne sont

plus une raison pour nous décourager dans notre désir d'être avec Dieu. Le Seigneur nous permet de faire l'expérience de la faiblesse et cela nous ouvre la possibilité d'être humbles ; il compte sur nos efforts pour que, poussés par sa grâce, nous puissions nous relever. Parfois, « l'histoire du salut s'accomplit en croyant "contre toute espérance" (Rm 4, 18) à travers nos faiblesses. Nous pensons souvent que Dieu ne compte que sur la partie bonne et conquérante de nous-mêmes, alors qu'en fait la plupart de ses desseins s'accomplissent à travers et malgré notre faiblesse » [6].

SUR LA CROIX, Jésus laisse la lance lui transpercer le côté « afin que tous, attirés vers le Cœur ouvert du Sauveur, ne cessent de venir puiser dans la joie aux sources vives du

salut » [7]. Contempler le Christ de cette manière nous aidera à réveiller notre courage et à retrouver le chemin de l'amitié avec Dieu. « Cherche refuge dans les plaies de ses mains, de ses pieds, de son côté, conseille saint Josémaria. Ta volonté de recommencer en sera renouvelée, et tu reprendras ton chemin avec une décision et une efficacité plus grandes » [8]. Si nous voulons sortir du piège du découragement, le meilleur remède est de penser moins à nos limites, et de regarder calmement ce Cœur qui s'est laissé transpercer par les péchés de tous.

« Tu commets encore des étourderies et des fautes, et comme elles te font souffrir ! En même temps, tu poursuis ton chemin avec une joie à en exploser, dirait-on. C'est justement parce qu'ils te font souffrir, souffrir d'une douleur d'amour, que tes échecs ne t'enlèvent plus la paix » [9]. Dieu ne veut pas que

nos péchés nous remplissent de tristesse ou qu'ils soient un fardeau que nous portons avec fatigue. C'est pourquoi il nous a laissé la confession, afin que nous puissions retrouver notre joie aussi souvent que nous en avons besoin. La contrition, la tristesse pour nos propres fautes, est le propre d'un cœur amoureux ; ce n'est pas un sentiment qui cache un certain découragement, celui de ne pas avoir été à la hauteur de ce que les autres, ou nous-mêmes, attendions : c'est une tristesse qui est le fruit de l'amour pour un Dieu qui fait tout ce qui est nécessaire pour nous.

Dans le Cœur du Christ, nous aurons toujours une place où revenir. Tout ce que nous avons à faire, c'est de nous faire petits et d'y entrer par l'humilité. Et si jamais nous avons du mal à retrouver le chemin, nous pouvons compter sur l'aide de Marie : elle nous montre, avec son

regard maternel, le chemin pour entrer dans le côté ouvert de son fils.

---

[1]. Missel romain, Solennité du Sacré Cœur de Jésus, Chant d'entrée (cf. Ps 32, 11.19).

[2]. Benoît XVI, Homélie, 24 avril 2005.

[3]. Cf. S. Ambroise, Luc. 2, 85-89 : PL 15, 1583-1586, cité dans *Catéchisme de l'Église Catholique,* n° 766.

[4]. Saint Josémaria, *Quand le Christ passe*, n° 165.

[5]. Pape François, Homélie, 3 juin 2016.

[6]. Pape François, *Patris corde*, n° 2.

[7]. Missel romain, Préface de la Solennité du Sacré Cœur de Jésus.

[8]. Saint Josémaria, *Chemin de Croix*, XIIe station, n° 2.

[9]. Saint Josémaria, *Sillon*, n° 861.

pdf | document généré automatiquement depuis https://opusdei.org/fr-ch/meditation/meditation-le-sacre-coeur-de-jesus/ (17/12/2025)