

# Méditation : Samedi de la 14ème semaine du Temps Ordinaire

Les thèmes proposés pour la méditation sont : Dieu connaît nos luttes ; appeler un chat un chat ; la sincérité dans la direction spirituelle.

- Dieu connaît nos luttes
  - Appeler un chat un chat
  - La sincérité dans la direction spirituelle
-

PENDANT son séjour sur terre, Jésus a rencontré beaucoup de gens simples qui lui ont dit avec sincérité ce qu'ils avaient sur le cœur. Mais il en a aussi rencontré d'autres qui ne manifestaient pas le même amour de la vérité ; ils avaient beau faire de bonnes actions, leurs intentions n'étaient pas toujours des plus droites. C'est pourquoi le Seigneur s'est exclamé un jour : « Rien n'est voilé qui ne sera dévoilé, rien n'est caché qui ne sera connu » (Mt 10, 26).

Le Christ sait parfaitement comment nous sommes. Pour lui, il n'est pas question de maquiller nos défauts ou de vanter nos vertus : il veut que nos rapports avec lui soient marqués par la sincérité. C'est ainsi que le psalmiste, modèle de prière pour nous chrétiens, s'adresse à Dieu : « Tu me scrutes, Seigneur, et tu sais ! Tu sais quand je m'assois, quand je me lève ; de très loin, tu pénètres mes pensées. Que je marche ou me

repose, tu le vois, tous mes chemins te sont familiers. Avant qu'un mot ne parvienne à mes lèvres, déjà, Seigneur, tu le sais » (Ps 138, 1-4).

Toutes nos luttes et tous nos efforts sont connus du Seigneur. Même dans nos écueils, nous pouvons garder la paix, car le Seigneur connaît les intentions les plus profondes de notre cœur. C'est pourquoi saint Josémaria essayait de nous mettre en garde contre la possibilité d'avoir peur de nous regarder tels que nous sommes devant Dieu : « Un moyen pour être franc et simple ?... Écoute et médite ces paroles de Pierre : *“Domine, Tu omnia nosti...”* — Seigneur, Tu sais tout ! »<sup>[1]</sup> Rien ne nous donne plus de paix que cette proximité avec Dieu, à qui n'échappe pas la moindre intention d'amour.

---

LA SINCÉRITÉ dans nos rapports avec Dieu nous amène à nous connaître en profondeur, à connaître notre personnalité et notre façon d'être, avec ses possibilités de servir les autres et ses limites. « Tu as compris en quoi consiste la sincérité quand tu m'écris : “J'essaye de m'habituer à appeler les choses par leur nom et, surtout, à ne pas chercher des mots pour ce qui n'existe pas” » <sup>[2]</sup>.

L'apôtre Jean écrit que « si nous disons que nous n'avons pas de péché, nous nous égarons nous-mêmes, et la vérité n'est pas en nous » (1 Jn 1, 8). En effet, il est difficile de trouver quelqu'un qui prétend ne pas avoir de fautes et qui nous assure qu'il ne se trompe jamais. « Mais il y a une chose qui peut nous tromper : en disant “nous sommes tous pécheurs”, comme quelqu'un qui dit “bonjour”, comme quelque chose d'habituel ou de social, nous n'avons

pas une vraie conscience du péché »  
[3]. Lorsque cette routine voilée s'insinue, il peut être plus difficile d'admettre des fautes occasionnelles et d'accepter nos besoins. Mais saint Jean ajoute que c'est précisément dans cette reconnaissance honnête que nous trouvons le pardon et l'aide de Dieu pour nous purifier (cf. 1 Jn 1, 9).

La sincérité amène à être concret. Le péché n'est pas quelque chose d'abstrait, mais une réalité qui a des manifestations spécifiques dans la vie quotidienne. Dans notre dialogue avec Dieu, nous pouvons nommer les attitudes qui nous éloignent de Lui et des autres, et en de nombreuses occasions, cela peut se traduire par des résolutions qui nourriront notre lutte pour la sainteté. Nous pouvons demander au Seigneur la sagesse d'être concrets, afin de pouvoir être honnêtes avec nous-mêmes et ainsi

mieux aimer Dieu et ceux qui nous entourent chaque jour.

---

QUAND il s'agit de se connaître soi-même, on peut avoir du mal à se connaître par manque de perspective. La sagesse populaire exprime cette réalité par un dicton : « Le médecin a du mal à se soigner soi-même ». À cause du péché, ou simplement par manque de recul, il arrive que nos jugements sur nous-mêmes ne soient pas tout à fait justes : nous manquons de recul pour évaluer calmement et sereinement comment traverser certaines étapes de la vie. C'est pourquoi Dieu met à nos côtés des personnes pouvant éclairer certaines parties du chemin. Lorsque nous parlons de notre vie auprès de quelqu'un qui a gagné notre confiance, « l'une des formes de communication les plus belles et

les plus intimes s'établit [...] Cela nous permet de découvrir des choses inconnues jusqu'alors, petites et simples, mais, comme le dit l'Évangile, c'est précisément des petites choses que naissent les grandes » <sup>[4]</sup>.

Dans la direction spirituelle, nous trouvons l'accompagnement d'une personne qui, parfois par sa seule présence, parfois par la sagesse de son expérience, peut nous aider à mieux connaître Dieu et nous-mêmes. Saint Josémaria donnait un petit conseil pour ces entretiens : « quand tu ouvriras ton âme, raconte en premier lieu ce que tu ne voudrais pas que l'on sache. Ainsi le diable sera toujours vaincu. — Sois clair et simple. Ouvre toute grande ton âme afin que, jusqu'au dernier recoin, le soleil de l'Amour de Dieu y pénètre ! » <sup>[5]</sup>

L'aide de la direction spirituelle ne prendra pas toujours la forme de suggestions concrètes pour faire face à un problème. Parfois, nous trouverons la lumière en étant simplement honnêtes, en mettant des mots sur une préoccupation et en reconnaissant humblement que nous avons besoin d'aide. Saint Josémaria notait aussi, fort de son expérience de plusieurs années d'avoir eu recours à accompagnement et d'avoir accompagné un grand nombre d'âmes : « Tu as ouvert sincèrement ton cœur à ton Directeur, tu lui as parlé en la présence de Dieu... et quel bonheur que le tien de te voir trouver tout seul une réponse appropriée à tes tentatives d'évasion »<sup>[6]</sup>. Nous pouvons demander à la Vierge Marie de nous obtenir de Dieu cette sincérité avec Dieu, avec nous-mêmes et avec les autres, pour devenir des âmes toujours plus simples.

---

<sup>[1]</sup>. Saint Josémaria, *Sillon*, n° 326.

<sup>[2]</sup>. *Ibid.*, n° 332.

<sup>[3]</sup>. Pape François, *Homélie*, 29 avril 2020.

<sup>[4]</sup>. Pape François, *Audience générale*, 19 octobre 2022.

<sup>[5]</sup>. Saint Josémaria, *Forge*, n° 126.

<sup>[6]</sup>. Saint Josémaria, *Sillon*, n° 152.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ch/meditation/  
meditation-samedi-de-la-14eme-  
semaine-du-temps-ordinaire/](https://opusdei.org/fr-ch/meditation/meditation-samedi-de-la-14eme-semaine-du-temps-ordinaire/)  
(13/01/2026)