

# 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'établît [...] 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.



---

[1]. Saint Josémariam, *Sillon*, n° 326.

[2]. *Ibid.*, n° 332.

[3]. Pape François, *Homélie*, 29 avril 2020.

[4]. Pape François, *Audience générale*, 19 octobre 2022.

[5]. Saint Josémariam, *Forge*, n° 126.

[6]. Saint Josémariam, *Sillon*, n° 152.

---

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