

# Méditation : 3ème dimanche de l'Avent (année C)

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : une joie en plénitude plonge ses racines en Jésus ; être humble, condition indispensable pour recevoir cette joie ; de petits services pour semer la paix et la joie.

15 déc. 2024

- Une joie en plénitude plonge ses racines en Jésus

- Être humble, condition indispensable pour recevoir cette joie

- De petits services pour semer la paix et la joie

« SOYEZ TOUJOURS dans la joie du Seigneur ; je le redis : soyez dans la joie. Le Seigneur est proche » (Ph 4, 4-5). Dans la liturgie de l'Église, le troisième dimanche de l'Avent est connu comme dimanche « *gaudete* » ou « de la joie ». Nous sommes invités à réfléchir sur la vraie cause de notre joie. Nous aspirons tous, au plus profond de notre âme, à être heureux. Néanmoins, parfois nous ne cherchons cette joie que dans des aspects partiels de notre vie : posséder certains biens matériels, être reconnus socialement, acquérir telle ou telle qualité, ou encore une vie familiale paisible. Tout cela est excellent, sans doute, mais saint Paul nous rappelle que ces joies

n'atteignent leur plénitude que si elles plongent leurs racines dans le bonheur que Jésus nous donne : « Soyez toujours dans la joie du Seigneur ».

Le prophète Sophonie, quant à lui, invite son peuple avec force à vivre dans la joie, malgré les pièges de ses ennemis ou les nombreuses fois où il s'est détourné de son Dieu : « Pousse des cris de joie, fille de Sion ! Éclate en ovations, Israël ! Réjouis-toi, de tout ton cœur bondis de joie, fille de Jérusalem ! » (So 3, 14). Nous aussi, même lorsque les tentations surgissent ou que nous sommes fatigués, nous pouvons garder cette joie au fond de notre cœur. C'est cette possibilité, grâce à la proximité du Christ, que nous célébrons à Noël.

La joie « est le souffle, la manière de s'exprimer du chrétien » <sup>[1]</sup>. Tout comme la respiration est la première manifestation de la vie, la joie

sincère est la preuve que Jésus offre une réponse authentique aux désirs profonds de notre cœur. « Le Seigneur ton Dieu est en toi, [...] il te renouvellera par son amour ; il exultera pour toi et se réjouira » (So 3, 17), poursuit le prophète Sophonie dans la première lecture d'aujourd'hui. Dieu, de manière surprenante, manifeste plus de joie à Noël que nous n'en avons nous-mêmes : tant est grand son désir de trouver une place dans notre vie.

---

JEAN BAPTISTE nous accompagne pendant une grande partie du temps de l'Avent. Nous voyons incarnée en lui une vertu indispensable pour jouir d'une joie perdurable : l'humilité. Le mot a couru parmi les disciples qui le suivaient qu'il pourrait bien être le Messie. Beaucoup viennent à lui avec des

questions pour orienter leur vie : « Que devons-nous donc faire ? » (Lc 3, 10). Mais lorsqu'il présume les intentions de leur cœur, il n'hésite pas à affirmer : « Moi, je vous baptise avec de l'eau ; mais il vient, celui qui est plus fort que moi. Je ne suis pas digne de dénouer la courroie de ses sandales » (Lc 3, 16). Malgré son succès, malgré tout le bien qu'il est en train de faire, Jean sait que l'ensemble de son activité n'a de sens que si elle est orientée vers le Christ.

L'humilité nous aide à orienter notre existence vers la grandeur de Dieu. L'orgueil, quant à lui, « ne considère pas possible que Dieu soit grand au point de pouvoir se faire tout petit, de pouvoir vraiment s'approcher de nous » <sup>[2]</sup>. En revanche, ceux qui sont humbles, sans renier leurs talents ni perdre leur motivation à travailler de la meilleure façon possible, trouvent leur joie en se prosternant devant un

enfant, comme le faisaient les rois d'Orient ou les bergers.

« Et la paix de Dieu, qui dépasse tout ce qu'on peut concevoir, gardera vos cœurs et vos pensées dans le Christ Jésus », nous dit saint Paul (Ph 4, 7). La vertu d'humilité nous apprend que le seul jugement important est celui d'un Dieu qui se montre à nous sous le visage d'un enfant souriant. Chaque fois que, dans la prière, nous nous approchons de l'amour concret de Jésus, nous sommes libérés des jugements sur nous-mêmes qui ne correspondent pas souvent à la réalité et finissent par nous priver de la paix. Nous découvrons que Dieu nous aime non pas pour ce que nous faisons ou pour ce que nous ne faisons pas, mais pour ce que nous sommes : ses enfants. Et cela nous aide aussi à ne pas juger les autres. À Bethléem, nous pouvons transformer notre regard en un regard plus humble, et devenir alors une source

de paix et de joie pour ceux qui nous entourent.

---

SAINT JOSÉMARIA résumait les tâches qui sont celles d'un apôtre dans la phrase « semer la paix et la joie ». L'humilité de se savoir semeur d'une grande nouvelle qui vient de Dieu nous amènera à ne pas nous lasser d'annoncer l'Évangile. Parfois, il suffira d'un sourire devant une contrariété ; d'autres fois, notre compréhension pour un problème d'un être cher... « La joie de l'Évangile remplit le cœur et toute la vie de ceux qui rencontrent Jésus. Ceux qui se laissent sauver par lui sont libérés du péché, de la tristesse, du vide intérieur, de l'isolement. Avec Jésus Christ la joie naît et renaît toujours » <sup>[3]</sup>.

Notre témoignage chrétien ne vise personne ni rien de particulier. Il manifeste l'humilité d'un Dieu qui a voulu se faire homme pour que tout le monde puisse le rencontrer. En tant qu'humbles disciples, nous voulons contribuer à la Bonne Nouvelle : que chacun de nos gestes d'affection soit dans notre milieu la source d'une joie renouvelée. Jésus veut naître chez les autres par le biais de nos petits gestes d'amour.

La contemplation de la vie de Marie est pour nous un motif permanent d'étonnement devant sa joie, pleine d'humilité. Venant de recevoir la grande nouvelle qu'elle allait être la mère de Dieu, elle ne se replie pas sur elle-même prétendant que tout le monde soit à son service. Elle ne s'attarde pas non plus à réfléchir trop longuement sur la mission spéciale qu'elle a reçue. Face à la grandeur de Dieu, elle répond par un geste apparemment simple : elle



court joyeusement pour servir sa cousine. D'un Dieu qui est toujours proche d'elle, elle a appris que la joie authentique naît d'actes d'amour concrets. « Que son allégresse de bonne Mère se communique à nous tous : imitons totalement Sainte Marie en cela, pour ainsi ressembler davantage au Christ » <sup>[4]</sup> —

---

<sup>[1]</sup>. Pape François, Homélie, 28 mai 2018.

<sup>[2]</sup>. Benoît XVI, Homélie, 6 janvier 2010.

<sup>[3]</sup>. Pape François, *Evangelii gaudium*, n° 1.

<sup>[4]</sup>. Saint Josémaria, *Amis de Dieu*, n° 109.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ci/article/  
meditation-3eme-dimanche-de-lavent-  
annee-b/](https://opusdei.org/fr-ci/article/meditation-3eme-dimanche-de-lavent-annee-b/) (31 mars 2025)