

# **Au fil de l'Évangile de vendredi : se reposer pour se centrer sur Dieu**

"Le Fils de l'Homme est Seigneur du Sabbat" Nous voulons que Dieu soit le centre de nos vies. Les jours où nous célébrons Dieu nous rappellent qu'Il doit être au centre de nos vies, dans nos occupations ordinaires.

## **Évangile (Mt 12, 1-8)**

En ce temps-là, Jésus traversait des champs de blé un jour de sabbat, et ses disciples, ayant faim, se mirent à

cueillir des épis et à les manger. Les Pharisiens, voyant cela, lui dirent : "Voici que tes disciples font une chose qu'il n'est pas permis de faire pendant le sabbat !" Mais il leur répondit : "N'avez-vous pas lu ce que fit David, lorsqu'il eut faim, lui et ceux qui étaient avec lui : comment il entra dans la maison de Dieu et mangea les pains de proposition qu'il ne lui était pas permis de manger, non plus qu'à ceux qui étaient avec lui, mais aux prêtres seuls ? Ou n'avez-vous pas lu dans la Loi que, le jour du sabbat, les prêtres violent le sabbat dans le Temple sans commettre de péché ? Or, je vous le dis : il y a ici plus grand que le Temple ! Si vous compreniez cette parole : "Je veux la miséricorde, et non le sacrifice", vous n'auriez pas condamné des innocents. Car le Fils de l'homme est Seigneur même du sabbat.

---

## Commentaire

Dans l'Évangile de ce jour, Jésus nous invite à réfléchir au repos dominical. Il nous enseigne qu'il ne s'agit pas simplement de respecter des règles juridiques, mais que ces règles sont subordonnées à un précepte plus grand: honorer Dieu.

Les Pharisiens affrontent Jésus sur la question du sabbat. Jésus, en vertu de son autorité divine, transmet l'interprétation définitive de la Loi. Dieu a commandé le respect du sabbat, l'a institué et a ordonné au peuple de s'abstenir de travailler ce jour-là. Au fil du temps, le précepte donné par Dieu s'est compliqué et est devenu un ensemble de règles rigides : il y avait 39 travaux interdits le jour du sabbat.

Mais Jésus nous enseigne quel est le véritable sens du sabbat : honorer Dieu en un jour dédié au Seigneur qui nous rappelle que notre vie

appartient à Dieu et doit être orientée vers Dieu. Pour illustrer cela, il donne l'exemple du roi David qui, affamé, a mangé les pains de proposition. Lorsque nous avons faim, soif ou sommeil, notre esprit peut difficilement se concentrer sur Dieu.

Les chrétiens, suivant cette même tradition juive, déplacent le sabbat au dimanche comme le jour où a eu lieu l'événement central de notre salut : la résurrection du Christ. Le respect du repos dominical nous rappelle la centralité du Christ dans nos vies.

Le pape François nous a rappelé que "le dimanche n'est pas le jour pour effacer les autres jours, mais pour s'en souvenir, pour les bénir et pour faire la paix avec la vie. La vie est précieuse. Ce n'est pas facile, c'est parfois douloureux, mais c'est précieux" [1].

Saint Josémaria disait que " se reposer c'est faire le plein : amasser des forces, faire provision d'idéaux, de projets... En peu de mots : changer d'occupation, pour revenir ensuite, avec un nouvel entrain, aux occupations habituelles." [2].

Nous avons besoin de nous reposer, mais pour recentrer notre tête et notre cœur sur la chose la plus importante de notre vie : aimer Dieu au quotidien. Ainsi, lorsque Jésus réprimande les pharisiens, il le fait parce que leur cœur s'est éloigné du véritable but du repos, qui est d'honorer Dieu. En respectant un ensemble de règles, les pharisiens détournent le précepte vers eux-mêmes.

Vous et moi, nous voulons aussi que Dieu soit le centre de notre vie. Le dimanche oriente notre regard vers Dieu, qui peut vraiment nous rendre heureux, et nous rappelle de mettre

Dieu au centre de nos affaires courantes.

---

[1] François, Homélie, 5-IX-2018.

[2] Saint Josémaria, Sillon 514.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis <https://opusdei.org/fr-ci/gospel/au-fil-de-levangile-de-vendredi-se-reposer-pour-se-centrer-sur-dieu/> (30/01/2026)