

# Méditation : Lundi de la 4ème semaine du Temps Ordinaire

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : Dieu s'est incarné pour tous ; Jésus nous libère du péché ; trouver des forces dans la confession.

- Dieu s'est incarné pour tous
  - Jésus nous libère du péché
  - Trouver des forces dans la confession
-

LA SOUFFRANCE des malades ou l'angoisse des possédés émeut Jésus qui cherche aussitôt à offrir sa miséricorde. Dans l'Évangile d'aujourd'hui, le Seigneur guérit dans la région de Gerasa un homme qui souffrait en plein milieu des tombeaux, possédé par une multitude de démons. C'était un pays habité par des païens, d'origine grecque et syrienne. La présence d'un immense troupeau de porcs, dont l'élevage et la consommation étaient interdits aux Juifs, n'est donc pas surprenante. Jésus a chassé les démons qui tourmentaient cet homme et leur a permis de rester dans les porcs, qui étaient environ deux mille ; ensuite « du haut de la falaise, le troupeau se précipita dans la mer » (Mc 5,13).

Cet épisode impressionnant, en plus de mettre en évidence la puissance de Jésus, montre clairement que sa mission est universelle et s'étend à

tous les peuples. Pour Dieu, il n'y a pas d'étrangers. À la fin de la scène, l'homme a essayé de monter dans la barque pour rester définitivement avec Jésus, mais le Seigneur lui a dit : « Rentre à la maison, auprès des tiens, annonce-leur tout ce que le Seigneur a fait pour toi dans sa miséricorde » (Mc 5,19). Sa mission sera de proclamer que la miséricorde de Dieu se répand également sur les païens qui vivaient là. « Alors l'homme s'en alla, il se mit à proclamer dans la région de la Décapole ce que Jésus avait fait pour lui, et tout le monde était dans l'admiration » (Mc 5,20).

Dieu s'est incarné pour tous les hommes et toutes les femmes. Animé par cette conviction, saint Josémaria soulignait que « ceux qui ont trouvé le Christ ne peuvent pas s'enfermer dans leur milieu : ce rétrécissement serait une triste chose ! Ils doivent s'ouvrir en éventail pour parvenir à

toutes les âmes »<sup>[1]</sup>. L'homme du passage de l'Évangile, guéri par Jésus, suscitait l'admiration de ceux qui écoutaient son message de miséricorde : c'est un bon résumé de la mission des chrétiens.

---

LES ÉVANGÉLISTES soulignent le pouvoir de Jésus sur les démons, qu'il expulse « par le doigt de Dieu » (Lc 11, 20). Cette fois-ci, saint Marc montre comment le malin avait détruit la vie de cet homme. Grâce à des détails qui rendent plus évident son malheur, il nous fait comprendre la gravité de sa situation. « Il habitait dans les tombeaux et personne ne pouvait plus l'attacher, même avec une chaîne ; en effet on l'avait souvent attaché avec des fers aux pieds et des chaînes, mais il avait rompu les chaînes, brisé les fers, et personne ne pouvait le maîtriser.

Sans arrêt, nuit et jour, il était parmi les tombeaux et sur les collines, à crier, et à se blesser avec des pierres » (Mc 5, 3-5). Son malheur est une représentation imagée et forte de la perte de la dignité où conduit le péché : solitude, esclavage, voire rage envers soi-même.

En reconnaissant Jésus de loin, le possédé « accourut et se prosterna devant lui » (Mc 5, 6). Nous assistons à un dialogue inhabituel entre Jésus et le démon, qui se termine par ces mots de délivrance : « Esprit impur, sors de cet homme ! » (Mc 5, 8). Enchaîné à son désespoir, le possédé vivait à l'écart de la communauté. Les mots du Christ le libèrent du mal le plus profond, de tout ce qui le séparait de Dieu et l'empêchait d'être heureux. « La délivrance des possédés prend un sens plus large que la simple guérison physique, puisque le mal physique est lié à un mal intérieur. La maladie dont Jésus

nous délivre est, avant tout, la maladie du péché » <sup>[2]</sup>.

Voilà ce que Jésus fait avec chacun de nous lorsque nous faisons appel à lui. « Seigneur ! — répète-le d'un cœur contrit — que je ne t'offense plus ! Mais ne t'effraie pas si tu ressens le poids de ce pauvre corps et des passions humaines : il serait sot et naïvement puéril de te rendre compte maintenant que cela existe. Ta misère ne doit pas être un obstacle, mais bien un stimulant qui te pousse à t'unir davantage à Dieu, à mettre toute ta constance à le rechercher, parce que c'est lui qui nous purifie » <sup>[3]</sup>.

---

LES MIRACLES provoquent souvent des réactions diverses : à côté de personnes dont la foi est renforcée, on trouve aussi d'autres qui hésitent

à croire. Certains des voisins de Gerasa ont vu le possédé « assis, habillé, et revenu à la raison, lui qui avait eu la légion de démons, et ils furent saisis de crainte. Ceux qui avaient vu tout cela leur racontèrent l'histoire du possédé et ce qui était arrivé aux porcs. Alors ils se mirent à supplier Jésus de quitter leur territoire » (Mc 5, 15-17). Au lieu de compatir avec l'homme vivant au milieu des tombeaux, les Gadaréniens ont calculé la perte économique des porcs noyés. Ils se préoccupaient exclusivement de leur propre bien-être. Jésus était devenu incompréhensible pour eux et ils lui ont donc demandé de partir, chassant sa miséricorde.

Un certain rejet de Dieu est toujours au cœur du péché, qu'il s'agisse de grandes ou de petites infractions. Lorsque nous prions le Notre Père, en suivant le conseil de Jésus, nous demandons à Dieu de nous empêcher

d'entrer dans la tentation et de nous délivrer du mal, car nous sommes tous exposés aux ruses du malin. Dans ce combat, aucun d'entre nous ne peut se considérer comme étant à l'abri. Et la première chose, pour ne pas se laisser entraîner par le mal, est de le reconnaître sans crainte. En ressentant cette fragilité intérieure, nous demanderons humblement à Dieu la force dont nous avons besoin.

Le bienheureux Alvaro del Portillo disait dans une homélie : « Nous avons tous à portée de main les moyens de vaincre le péché et de grandir dans l'amour de Dieu. Ces moyens sont les sacrements. Et, se référant au sacrement de la pénitence, il s'interrogeait : « Est-ce que je reconnais mes péchés, sans les cacher ni les dissimuler, et je les confesse au prêtre qui m'écoute au nom du Seigneur ? Suis-je prêt à lutter pour que Dieu notre Seigneur règne dans mon âme ? Est-ce que

j'éloigne de moi les occasions proches de péché ? »<sup>[4]</sup> Pour ne pas nous fermer à la miséricorde de Dieu, même dans les petits détails du quotidien, nous pouvons chercher refuge auprès de Marie Immaculée. En la contemplant, nous apprenons la joie qui découle du « oui » qu'elle a continuellement prononcé face aux plans de Dieu.

---

<sup>[1]</sup>. Saint Josémaria, *Sillon*, n° 193.

<sup>[2]</sup>. Saint Jean Paul II, Catéchèse, 25 août 1999.

<sup>[3]</sup>. Saint Josémaria, *Sillon*, n° 134.

<sup>[4]</sup>. Bienheureux Álvaro del Portillo, Homélie, 8 décembre 1979.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ci/meditation/lundi-de-  
la-4eme-semaine-du-temps-ordinaire/](https://opusdei.org/fr-ci/meditation/lundi-de-la-4eme-semaine-du-temps-ordinaire/)  
(03/02/2026)