

# Méditation : 1er dimanche de l'Avent (année C)

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : recommencer chaque jour ; s'appuyer sur la grâce de Dieu ; se convertir en ayant confiance en l'aide de Dieu.

- Recommencer chaque jour
  - S'appuyer sur la grâce de Dieu
  - Se convertir en ayant confiance en l'aide de Dieu
-

LE TEMPS DE L'AVENT commence aujourd'hui, une période d'attente, alors que la venue de Jésus est déjà toute proche. La liturgie de ce 1<sup>er</sup> dimanche nous invite à orienter notre vie par rapport à son arrivée. « Donne à tes fidèles, Dieu tout-puissant, la volonté d'aller par les chemins de la justice à la rencontre de Celui qui vient, le Christ, afin qu'ils soient admis à sa droite et méritent d'entrer en possession du royaume des cieux » <sup>[1]</sup>. Notre vie toute entière est un temps d'attente jusqu'au grand jour où Jésus viendra pour nous conduire auprès de lui. C'est pourquoi, comme préparation de cette rencontre, la sagesse de l'Église nous fait demander à Dieu un plus grand désir de faire le bien.

Dans l'évangile d'aujourd'hui nous entendons Jésus dire : « Redressez-vous et relevez la tête, car votre rédemption approche » (Lc 21, 28). Dieu nous a laissé notre monde en

héritage et il veut que nous prenions soin des siens, nous encourage à semer le bien dans notre vie et autour de nous. Un jour, nous ne savons pas quand, le Seigneur reviendra. Quelle joie nous apporterons au cœur du Christ en sortant à sa rencontre ! Jusqu'à ce moment, nous devons veiller, puisque nous ne savons ni le jour ni l'heure.

Devant Jésus, nous pouvons considérer la confiance que Dieu met en nous en nous faisant participer à sa mission. Cet Avent pourrait être une bonne occasion de considérer les tâches que le Seigneur nous a confiées, pour examiner de quelle manière nous nous en acquittons. Peut-être, en plus de notre gratitude pour tant de joies, devrons-nous reconnaître que nous en avons négligé certains aspects. Aujourd'hui nous pouvons prendre la décision de prendre un nouveau départ sur ces

points précis, selon le conseil que saint Josémaria donnait souvent : « Recommencer ? Certainement, recommencer. Moi, et j'imagine que toi aussi, je recommence chaque jour, toutes les heures, chaque fois que je fais un acte de contrition, je recommence » <sup>[2]</sup>.

---

« RESTEZ ÉVEILLÉS et priez en tout temps » (Lc 21, 36). Nous pourrions penser que cette exhortation nous met trop la pression. Or, n'est-ce pas là la vérité ? La vie est courte, le temps passe très vite et il se pourrait que, compte tenu du rythme frénétique de notre vie, des aspects centraux de notre existence soient relégués à un deuxième plan. Le Seigneur veut être avec nous, il souhaite que nous ne l'oublions pas, c'est pourquoi il nous appelle une fois après l'autre. L'invitation à

veiller est l'expression de cette volonté divine ; un moyen de nous réveiller au cas où nous nous serions un peu assoupis spirituellement, ou laissé prendre par un nombre sans fin de choses immédiates qui semblent plus importantes. Jésus nous invite à savourer de nouveau ce qui est essentiel.

« Veillez ». Le Seigneur nous appelle avec tout son amour à renouveler nos désirs de la sainteté, à orienter une nouvelle fois vers Dieu tout ce qu'il faudra. Saint Paul, dans la seconde lecture de la messe nous, rappelle que l'œuvre de notre sanctification ne dépend pas uniquement de nos efforts, de notre engagement, mais qu'elle est l'œuvre de Dieu : « Que le Seigneur vous donne, entre vous et à l'égard de tous les hommes, un amour de plus en plus intense et débordant » (1 Th 3, 12).

L'aide de Dieu nous a déjà été accordée et elle nous a enrichis. Jésus nous appelle à la communion et, étonnement, lui-même s'offre comme don pour que nous puissions atteindre cette vie nouvelle. Tandis que nous nous préparons au-dedans et au-dehors de nous à la naissance de l'Enfant Jésus, nous pouvons méditer sur ces vérités. Le Seigneur souhaite nous combler de sa grâce : de son amour, de sa miséricorde, de sa tendresse, de son humilité, de sa force d'âme et de sa science... Le temps de l'Avent, un temps d'attente, est une occasion de s'ouvrir à cette grâce, pour l'accueillir de tout cœur. Ainsi, nous ferons ressortir la meilleure version de nous-même, le meilleur moi de chacun de nous.

---

NOTRE VIE est un don merveilleux de Dieu. Pendant l'Avent, un temps

d'une grâce spéciale, l'Église nous rappelle sans cesse une vérité : Dieu vaut mille fois plus que toutes ces choses qui étouffent ou diminuent l'amour, des choses qui, à la fin, font mal et déplaisent. « Dans une société qui pense souvent trop au bien-être, la foi nous aide à lever les yeux et à découvrir la véritable dimension de notre propre existence. Si nous sommes porteurs de l'Évangile, notre passage sur cette terre sera fructueux »<sup>[3]</sup>. Lever les yeux, redécouvrir la dimension authentique de notre vie, laisser notre empreinte et être fécond au cours de notre existence terrestre. Voilà un bon programme pour l'Avent. Nourrissant le désir qu'il en soit ainsi pour chacun de nous, nous pouvons demander au Seigneur, avec des mots d'un psaume : « Seigneur, enseigne-moi tes voies, fais-moi connaître ta route » (Ps 24, 4).

La conversion est avant tout une grâce : lumière pour voir et force pour aimer. Nous souhaitons contempler le visage de Dieu pour qu'il nous sauve. Nous savons que nos limites ne nous déterminent pas et que, en revanche, nous pouvons prendre appui sur la force infinie de Dieu. Seigneur, nous mettons en toi notre confiance. Nous avons besoin de te lui dire, puisque Dieu respecte à fond notre liberté et attend que nous le laissions intervenir dans notre vie. Si nous te lui demandons, si ensuite nous écoutons ses paroles et essayons de les mettre en pratique, si nous remettons entre ses mains les tâches les plus difficiles et nous engageons à réaliser celles qui sont à notre portée, alors nous aurons la certitude qu'il nous accordera sa lumière et sa force.

Sachant qui est notre Seigneur et conscients de son conseil de veiller, nous voulons maintenir notre

disposition d'amour, y compris lorsque la fatigue se manifestera dans notre journée. Nous comptons sur la présence de la Vierge Marie : elle a su vivre une attente vigilante pendant les mois de gestation du Seigneur et elle saura nous maintenir éveillés et joyeux, en recommençant chaque fois qu'il le faudra, jusqu'à l'arrivée de notre Jésus.

---

<sup>[1]</sup>. Missel romain, 1<sup>er</sup> dimanche de l'Avent, Prière.

<sup>[2]</sup>. Saint Josémaria, *Dialogue avec le Seigneur*.

<sup>[3]</sup>. Mgr Fernando Ocariz, article “Luz para ver, fuerza para querer”, ABC, 18 septembre 2018.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ci/meditation/  
meditation-1er-dimanche-de-lavent-c/](https://opusdei.org/fr-ci/meditation/meditation-1er-dimanche-de-lavent-c/)  
(15/02/2026)