

# Méditation : Lundi 6ème semaine de Pâques

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont :  
compter sur l'aide du Paraclet ;  
l'Esprit Saint nous amène à la  
vérité ; le don de force d'âme.

- Compter sur l'aide du Paraclet

- L'Esprit Saint nous amène à la  
vérité

- Le don de force d'âme

.....

JÉSUS, dans son discours d'adieu, promet la venue d'un « autre Paraclet » (Jn 14, 16) qui sera toujours avec nous. Paraclet (Défenseur) est un mot typique de l'Évangile de Jean et, dans son origine grecque, il désigne une personne qui vient reconforter, défendre ou aider. Jésus annonce l'arrivée d'un autre Paraclet après son départ étant donné que lui-même est le premier : l'Écriture Sainte nous dit que le Christ au ciel est notre « défenseur devant le Père » (1 Jn 2, 1). L'Esprit Saint, quant à lui, reste pour toujours avec nous sur la terre, nous accompagne et nous console, nous protège et nous défend. Il est le chemin vers le Christ puisqu'il nous rappelle ses paroles (cf. Jn 15, 26) ; il oriente doucement et discrètement notre cœur vers Jésus-Christ. « Celui qui est enivré par l'Esprit est enraciné dans le Christ » <sup>[1]</sup>, disait saint Ambroise.

« Enseigner et rappeler : telle est la tâche de l'Esprit Saint. Il nous apprend à entrer dans le mystère, à le comprendre un peu plus. Il nous enseigne la doctrine de Jésus et nous apprend à développer notre foi [...]. La foi n'est pas statique ; la doctrine n'est pas statique : elle grandit. Elle pousse comme les arbres, toujours la même, mais plus grande, avec des fruits, mais toujours la même, dans la même direction [...]. Et une autre chose que Jésus dit que l'Esprit Saint fait, c'est de rappeler : « Il vous fera souvenir de tout ce que je vous ai dit » (Jn 14, 26). L'Esprit Saint est comme la mémoire, il nous réveille : « Souviens-toi de ceci, souviens-toi de cela ». Elle nous maintient éveillés dans les choses du Seigneur et nous fait aussi nous souvenir de notre vie : « Pense à ce temps-là, pense au moment où tu as rencontré le Seigneur, pense au moment où tu l'as quitté ».

[...] « L'Esprit Saint nous guide dans cette mémoire ; il nous guide pour discerner, pour discerner ce que je dois faire à présent, quel est le bon chemin et quel est le mauvais, également dans les petites décisions. Si nous demandons la lumière à l'Esprit Saint, il nous aidera à discerner pour prendre les vraies décisions, les petites de chaque jour et les plus grandes. Il est celui qui nous accompagne, il nous soutient dans le discernement » <sup>[2]</sup>.

---

LA SUITE de Jésus nous amène à vouloir vivre dans la vérité, fascinés par le fait de la rechercher avec acharnement, de l'embrasser et de l'aimer. Vouloir embrasser la vérité, c'est aimer vraiment le Christ. Dans cette entreprise, « l'Esprit Saint enseigne au chrétien la vérité comme principe de vie et lui montre

l'application concrète des paroles de Jésus dans sa vie » <sup>[3]</sup>. À trois reprises au moins, Jésus a désigné le Paraclet comme « l'Esprit de vérité » (Jn 14, 17 ; 15, 26 ; 16, 13). Bien qu'autre que Jésus, le Saint-Esprit porte à sa perfection la présence de Jésus en nous.

Nous savons que « Jésus Christ est la Vérité faite Personne, qui attire le monde à lui. La lumière qui rayonne de Jésus est splendeur de la vérité. Toute autre vérité est un fragment de la Vérité qu'il est et renvoie à lui. Jésus est l'étoile polaire de la liberté humaine [...]. Avec lui, on retrouve la liberté, on reconnaît qu'elle tend vers le bien et s'exprime à travers des actions et des comportements de charité [...]. Jésus Christ, qui est la plénitude de la vérité, attire à lui le cœur de chaque homme, le dilate et le comble de joie. Seule la vérité est en effet capable d'envahir l'esprit et de le combler totalement de joie » <sup>[4]</sup>.

Cet amour de la vérité qui anime notre intelligence est l'œuvre du Saint-Esprit. Elle nous remplit aussi d'humilité devant la création et devant la capacité de notre propre savoir, qui sera toujours peu de chose en comparaison de l'œuvre mystérieuse de Dieu. « Que "l'humilité de l'entendement" soit de règle chez toi » <sup>[5]</sup>, conseillait saint Josémaria. « Le désir de la vérité appartient à la nature même de l'homme et toute la création est une immense invitation à rechercher ces réponses qui ouvrent la raison humaine à la grande réponse qu'elle recherche et attend depuis toujours » <sup>[6]</sup>.

---

LE SAINT-ESPRIT agit dans l'âme par ses dons, et « distribue ses dons, comme il le veut » (1 Co 12, 11). L'un de ses dons est celui de la force

d'âme, qui nous pousse vers de grands objectifs et nous soutient dans la faiblesse. Saint Josémaria a évoqué l'expérience chrétienne en nous rappelant que « toute notre force nous est prêtée » <sup>[7]</sup>. Ce don est nécessaire pour poursuivre et embrasser la vérité de manière continue tout au long de notre vie. Cela peut certainement être fatigant, notamment parce que nos capacités ne sont pas toujours à la hauteur de nos désirs ; également parce que la vérité est parfois difficile à accepter et ne coïncide pas toujours avec ce qui nous semblerait être la meilleure option. En de nombreuses occasions, nous devons nous ouvrir humblement à d'autres réponses possibles, à d'autres façons de faire les choses, même si nous avons longtemps pensé avoir raison.

C'est pourquoi le don de force d'âme doit être la note fondamentale de notre être chrétien, car il nous

permet d'être loyaux dans la recherche. L'amour de la vérité engage notre vie, et la force d'âme nous donne la fermeté nécessaire. C'est ainsi que nous pourrons « affronter les problèmes avec courage, sans craindre le sacrifice ou les charges les plus lourdes, en assumant en conscience notre responsabilité personnelle » <sup>[8]</sup>.

Jésus dit : « Et vous aussi, vous allez rendre témoignage, car vous êtes avec moi depuis le commencement » (Jn 15, 27). Le chrétien est appelé à être un témoin fiable de la recherche humble et sincère de la vérité. Le Christ a averti ses disciples des persécutions qu'ils subiraient pour leur témoignage. Ces hommes et ces femmes, après avoir reçu le don de la force d'âme à la Pentecôte, deviennent des témoins courageux. Ils étaient vraiment forts face aux contrariétés, face à l'inattendu qui entrait dans leur vie, dans des

situations qui auraient pu bouleverser leurs plans et leurs projets. La douce compagnie de Marie nous protège : elle écoute notre invocation pour que l'Esprit de vérité « éclaire notre esprit et fortifie notre volonté, afin que nous nous habituions à chercher, à dire et à entendre la vérité » <sup>[9]</sup>.

---

<sup>[1]</sup>. Saint Ambroise, *Catéchèse sur les sacrements*, 5, 3, 17.

<sup>[2]</sup>. Pape François, Homélie, 11 mai 2020.

<sup>[3]</sup>. Saint Jean Paul II, Audience général, 24 avril 1991.

<sup>[4]</sup>. Benoît XVI. Discours, 10 février 2006.

<sup>[5]</sup>. Saint Josémaria, *Forge*, n° 142.

[6]. Benoît XVI, Discours, 10 février 2006.

[7]. Saint Josémaria. *Chemin*, n° 728.

[8]. Saint Josémaria, *Discours sur l'université*, n° 8.

[9]. *Ibid.*

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-cm/meditation/  
meditation-lundi-6eme-semaine-de-  
paques/](https://opusdei.org/fr-cm/meditation/meditation-lundi-6eme-semaine-de-paques/) (05/04/2026)