

# Méditation : Mercredi de la 1ère semaine de Carême

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : Dieu nous aime, quoi qu'il arrive ; esprit d'examen pour se repentir ; le doux moment de la confession.

- Dieu nous aime, quoi qu'il arrive

- Esprit d'examen pour se repentir

- Le doux moment de la confession

.....

« PITIÉ POUR MOI, mon Dieu, dans ton amour, selon ta grande miséricorde efface mon péché » (Ps 51, 3), s'exclame le psalmiste en s'adressant au ciel. Une semaine s'est écoulée depuis le début du Carême, un temps que Dieu nous donne pour nous convertir et profiter à nouveau de son amour. Saint Jean Chrysostome, cherchant à expliquer le motif qui poussait saint Paul à vivre son abandon à Jésus-Christ, disait : « Jouir de l'amour du Christ représentait pour lui la vie, le monde, la compagnie des anges, les biens présents et futurs, le royaume, les promesses, l'ensemble de tous les biens » <sup>[1]</sup>. L'un des plus grands biens que nous pouvons expérimenter, surtout en ce moment, est le pardon de Dieu, sa miséricorde, la liberté avec laquelle il nous aime. « Qui peut expliquer de manière adéquate la bonté de Dieu ? Au lieu de recevoir la punition due à nos crimes, nous

recevons les récompenses promises à la vertu » <sup>[2]</sup>.

« Dieu continue d'aimer chaque homme [...]. Dieu ne vous aime pas parce que vous pensez bien et que vous vous comportez bien ; il vous aime et cela suffit. Son amour est inconditionnel, il ne dépend pas de vous. Vous pouvez avoir de fausses idées, vous pouvez n'en faire qu'à votre tête, mais le Seigneur ne cesse pas pour autant de vous aimer.

Combien de fois pensons-nous que Dieu est bon si nous sommes bons, et qu'il nous punit si nous sommes mauvais ? Or, il n'en est rien. Malgré nos péchés, il continue de nous aimer. Son amour ne change pas, Dieu n'est pas capricieux ; il est fidèle, il est patient » <sup>[3]</sup>. Face à cette réalité, si surprenante et, d'autre part, si différente selon notre cœur, nous sommes remplis de gratitude. Afin de ne laisser aucun doute sur son pardon, il le fait entendre par la

voix d'un prêtre : « Je vous pardonne tous vos péchés ». Dès lors, il est impossible de traîner ses fautes derrière soi, puisque Jésus-Christ les a effacées.

---

« LE SACRIFICE qui plaît à Dieu, c'est un esprit brisé ; tu ne repousses pas, ô mon Dieu, un cœur brisé et broyé » (Ps 51, 19). Notre repentir ouvre toute grande la porte à Dieu. Nous ne lui disons pas comment il doit nous aimer, et nous n'osons pas poser de conditions. « Nous sommes libres parce que nous avons été libérés, libérés par la grâce - non pas en payant - libérés par l'amour, qui devient la loi suprême et nouvelle de la vie chrétienne » <sup>[4]</sup>. Nous découvrons qu'il est facile pour Dieu de pardonner parce qu'il a aimé « jusqu'au bout » (Jn 13, 1). L'amour de Dieu pour nous ne dépend pas de nos

mérites ou de notre comportement. Il n'y a qu'une seule façon de l'arrêter : lorsque nous ne nous laissons pas pardonner. C'est, en quelque sorte, la seule barrière insurmontable pour le Dieu tout-puissant, qui nous a accordé le grand pouvoir de la liberté.

En ce sens, on pourrait dire que nous avons besoin de bien nous connaître et, connaissant également Dieu, de nous repentir de nos péchés, de nous rendre compte qu'il aurait été préférable pour nous d'agir différemment. Nous savons que la sainteté n'est pas seulement l'accomplissement d'obligations, mais qu'elle est la vie de l'Esprit Saint dans notre âme. Chercher en nous-mêmes ce qui entrave son travail peut sembler simple, mais nous ne parvenons pas toujours à le faire, nous ne sommes pas toujours assez courageux et honnêtes pour regarder. Parfois, nous trouvons des

excuses pour ne pas examiner notre vie. Saint Josémaria disait que « l'examen de conscience quotidien nous donnera la connaissance de nous-mêmes, la véritable humilité et, par conséquent, nous obtiendra la persévérance du ciel » <sup>[5]</sup>. En même temps, Saint Augustin, qui étant un réaliste savait par conséquent qu'il s'agit de la tâche de toute une vie, écrivait : « Des choses à pardonner, il n'en manque jamais ; car nous sommes des hommes » <sup>[6]</sup>.

---

« N'AYEZ PAS PEUR, plus jamais, de découvrir des abîmes de bassesse en vous, conseillait saint Josémaria. Criez, priez, passez par les étapes du fils prodigue. Dieu votre Père vient à votre rencontre dès que vous vous confessez pécheur, dans ce que l'orgueil vous a caché comme péché. Une grande fête commence pour

vous - la joie profonde du repentir -  
et vous portez un vêtement propre :  
une charité plus profonde, plus  
divine et plus humaine » <sup>[7]</sup>.

Quel étrange mécanisme nous pousse  
à ne pas reconnaître nos péchés ?  
Peut-être est-ce la peur de ne pas être  
aimé, la honte de se reconnaître  
faible, ou la frivolité de ne pas  
vouloir abandonner ces refuges  
apparents. Quoi qu'il en soit, Jésus  
nous offre encore et toujours un  
remède formidable : la confession  
sincère de nos péchés au prêtre, qui  
rend le Christ présent. « Il n'y a pas  
de meilleur acte de repentance et  
d'expiation qu'une bonne confession.  
Là, nous recevons la force dont nous  
avons besoin pour combattre » <sup>[8]</sup>.  
Jésus nous attend patiemment. Il sait  
que nous soupirons après la maison  
paternelle, il sait que nous aspirons à  
sa chaleur.

Saint Paul VI a dit que « les moments de confession sincère comptent peut-être parmi les plus doux, les plus réconfortants et les plus décisifs de la vie » <sup>[9]</sup>. C'est pourquoi répandre notre amour pour la confession est « le meilleur service que vous puissiez rendre à un de vos amis, la meilleure manifestation d'affection » <sup>[10]</sup>. Nous pouvons demander à l'Esprit Saint de nous aider à mieux la vivre afin d'être des témoins de ce chemin de bonheur. Et nous pouvons aussi demander à Marie, refuge des pécheurs, d'apporter cette joie à nos amis et à notre famille.

---

<sup>[1]</sup>. Saint Jean Chrysostome, Homélie 2 sur les louanges de saint Paul.

<sup>[2]</sup>. Saint Grégoire le Grand, Homélie 20 sur les Évangiles.

[3]. Pape François, Homélie, 24 décembre 2019.

[4]. Pape François, Audience générale, 13 octobre 2021.

[5]. Saint Josémaria, *Lettres 2*, n° 35.

[6]. Saint Augustin, Sermon 57.

[7]. Saint Josémaria, *Lettre*, 14 février 1974, n° 7.

[8]. Saint Josémaria, *Dialogue avec le Seigneur*, « Temps de réparation », n° 7.

[9]. Saint Paul VI, Allocution, 27 février 1975.

[10]. Saint Josémaria, notes prises lors d'une réunion de famille, 1<sup>er</sup> juillet 1974.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-cm/meditation/  
meditation-mercredi-de-la-1ere-  
semaine-de-careme/](https://opusdei.org/fr-cm/meditation/meditation-mercredi-de-la-1ere-semaine-de-careme/) (01/04/2026)