

# Que puis-je faire pour grandir dans la foi ?

« Celui qui m'a vu a vu le Père » (Jn 14, 9). La foi chrétienne grandira si nous le laissons agir et si nous sommes disposés à reconnaître son œuvre dans notre vie et dans l'histoire. Cet article explique le rôle de la liberté et de la Vierge dans la foi et dans la relation avec Jésus-Christ.

22/10/2024

## Sommaire

**1) Compte tenu de ce qu'est la foi,  
puis-je faire quelque chose pour  
l'augmenter ?**

**2) Quel est le rapport entre Jésus et  
l'accroissement de la foi ?**

**3) Quel rôle joue la liberté dans  
l'acte de foi ?**

**4) Notre-Dame, Maîtresse de foi**

---

**1. Compte tenu de ce qu'est la foi,  
puis-je faire quelque chose pour  
l'augmenter ?**

La foi d'un chrétien n'est pas la croyance en une idéologie ou en un ensemble de préceptes moraux. Le contenu de la foi chrétienne, c'est Dieu lui-même, et Dieu est infini. De ce point de vue, il n'y a pas de limites

à la croissance de la foi en ce qui concerne les fondements qui soutiennent la certitude du chrétien. « La foi est d'abord une *adhésion personnelle de l'homme à Dieu* » (*Catéchisme de l'Église catholique*, n° 150).

Ce qui se passe, c'est que nous, les êtres humains, nous sommes limités et que notre capacité de chercher Dieu, de trouver Dieu, d'aimer Dieu et de croire en Lui est entravée par notre faiblesse. C'est pourquoi Dieu vient en aide à celui qui le cherche d'un cœur sincère et il lui fait don de la foi. Vivre de la foi, c'est avoir une certitude plus grande que celle que peut nous apporter notre raison humaine. Dieu est un Dieu des vivants et une trinité de personnes, par conséquent la foi augmentera dans la mesure où nous aurons une relation personnelle et vitale avec chacune des personnes de la Trinité. La prière est fondamentale pour

grandir dans la foi. La prière, comme l'a dit Sainte Thérèse d'Avila, « *est un commerce intime d'amitié où l'on s'entretient souvent seul à seul avec celui dont on se sait aimé* », mais ce n'est pas un clic qui ouvre automatiquement un lien : « Par sa nature, la foi demande de renoncer à la possession immédiate que la vision semble offrir, c'est une invitation à s'ouvrir à la source de la lumière, respectant le mystère propre d'un Visage, qui entend se révéler de façon personnelle et en temps opportun » (*Lumen Fidei*, n° 13).

## Méditer avec saint Josémaria

La foi est une vertu surnaturelle qui dispose notre intelligence à adhérer aux vérités révélées, à répondre « oui » au Christ qui nous a révélé dans sa plénitude le plan de salut de la Très Sainte Trinité. *Après avoir à maintes reprises et sous maintes formes parlé*

*jadis aux Pères par les prophètes,  
Dieu, en ces jours qui sont les  
derniers, nous a parlé par le Fils, qu'il  
a établi héritier de toutes choses, par  
qui aussi il a fait les siècles.*

*Resplendissement de sa gloire, effigie  
de sa substance, ce Fils qui soutient  
l'univers par sa parole puissante,  
ayant accompli la purification des  
péchés, s'est assis à la droite de la  
Majesté dans les hauteurs. (Amis de  
Dieu, 191)*

*Omnia possibilia sunt credenti*, tout  
est possible à celui qui croit – Ce sont  
des paroles du Christ –. Pourquoi ne  
lui dis-tu pas, avec les apôtres :  
*Adauge nobis fidem ! fortifie en moi  
la foi ? (Chemin, 588).*

Notre foi n'est pas un fardeau ni une  
limitation. De quelle pauvre idée de  
la vérité chrétienne ferait preuve  
celui qui raisonnerait ainsi ! En  
choisisissant Dieu nous ne perdons

rien, nous gagnons tout ». (*Amis de Dieu*, 38).

---

## **2. Quel est le rapport entre Jésus et l'accroissement de la foi ?**

Pour le chrétien, croire en Dieu, c'est inséparablement croire en Celui qu'il a envoyé, « son Fils bien-aimé », en qui Il a mis toute sa complaisance (Mc 1,11), selon les mots de Benoît XVI : « Jésus est le centre de la foi chrétienne. Le chrétien croit en Dieu par Jésus qui nous en a révélé le visage. Il est l'accomplissement des Écritures et leur interprète définitif » (Messe d'inauguration de l'année de la foi).

Jésus, le Fils de Dieu, est venu dans le monde et s'est incarné pour nous montrer le visage de Dieu, qui est amour : "Celui qui m'a vu a vu le Père" (Jn 14,9). La foi chrétienne

grandira si nous Le laissons agir et si nous sommes prêts à reconnaître son œuvre dans notre vie et dans l'histoire. Jésus est présent de manière performative dans la vie du chrétien. Son message n'est pas seulement informatif, il est vivifiant, c'est une parole qui devient Vie : « Mon Père est toujours à l'œuvre, et moi aussi je suis à l'œuvre » (Jn 5,17). En ce sens, on comprend que l'intime conviction du croyant puisse s'accroître par la reconnaissance de l'action de Dieu dans sa vie. Comme les disciples sur le chemin d'Emmaüs, le chrétien peut reconnaître Jésus dans le Pain et la Parole et grandir dans la foi, c'est-à-dire adhérer au Christ lui-même et, par Lui, au Père. Sur ce chemin de croissance de la foi, l'Esprit Saint poursuit son œuvre à l'intérieur des cœurs. « C'est précisément cette rencontre entre Dieu et ses enfants, grâce à Jésus, qui donne vie à notre religion, qui constitue sa beauté

unique » (Pape François, *Admirabile signum*, n° 5).

## Méditer avec saint Josémaria

« *Car en lui habite corporellement toute la plénitude de la divinité* » (Col 2, 9). Le Christ est Dieu fait homme, homme parfait, homme complet. Et dans l'ordre humain, il nous fait connaître la divinité. En rappelant cette délicatesse humaine du Christ qui dépense sa vie au service des autres, nous faisons beaucoup plus que décrire une éventuelle façon de se conduire. Nous sommes en train de découvrir Dieu. Toute œuvre du Christ possède une valeur transcendante : elle nous fait connaître la façon d'être de Dieu. (*Quand le Christ passe*, 109).

Tout le pouvoir, toute la majesté, toute la beauté, toute l'harmonie infinie de Dieu, ses richesses grandes et incommensurables – tout un Dieu ! – est demeuré caché dans l'Humanité

du Christ pour nous servir. Le Tout-Puissant se montre décidé à obscurcir sa gloire pour un temps, afin de faciliter la rencontre rédemptrice avec ses créatures. (*Amis de Dieu*, 111).

*Le Christ vit.* La voilà la grande vérité qui donne son contenu à notre foi. Jésus, qui est mort sur la croix, est ressuscité ; il a triomphé de la mort, de la puissance des ténèbres, de la douleur et de l'angoisse. (*Quand le Christ passe*, 102).

On entend dire parfois que les miracles sont moins fréquents aujourd'hui que par le passé. Ne serait-ce pas que moins d'âmes vivent une vie de foi Dieu ne peut pas manquer à sa promesse :

*Demande, et je te donnerai les nations pour héritage, pour domaine les extrémités de la terre.* Notre Dieu est la Vérité, le fondement de tout ce qui

existe. Rien ne s'accomplit sans sa volonté toute-puissante.

*Comme il était au commencement, maintenant et pour les siècles des siècles.* Le Seigneur est immuable ; il n'a pas besoin de se mouvoir, de partir en quête de ce qu'il ne possède pas ; il est tout le mouvement, toute la beauté et toute la grandeur.

Aujourd'hui comme hier. *Les cieux se dissiperont comme une fumée, la terre s'usera comme un vêtement [...]. Mais mon salut sera éternel et ma justice n'aura pas de fin.*

Dieu a établi en Jésus-Christ une alliance nouvelle et éternelle avec les hommes. Il a mis sa toute-puissance au service de notre salut. Quand les créatures ont perdu confiance, quand elles tremblent, faute de foi, alors nous entendons de nouveau la voix d'Isaïe qui nous interpelle au nom du Seigneur :*Ma main serait-elle trop courte pour racheter ? N'aurais-*

*je pas la force de sauver ? Par une menace je dessèche la mer, je change les fleuves en déserts ; leurs poissons, faute d'eau, sont à sec et meurent de soif. Je revêts les cieux de noir, je les couvre d'un sac.* (Amis de Dieu, 190).

---

### **3. Quel rôle joue la liberté dans l'acte de foi ?**

La foi que nous, chrétiens, nous professons, c'est la certitude profonde qu'un Dieu est venu donner la Vie pour nous montrer la réalité gratuite et infinie de son amour pour nous. Nous, les êtres humains, nous pouvons accueillir cette action de Dieu en faisant usage de notre liberté.

Devant la difficulté à pardonner sans limite, les apôtres demandèrent au Seigneur : "Augmente en nous la foi" (Lc 17,5). Ils voulaient croire

avec plus de force et de conviction pour agir comme le Seigneur le leur demandait. Un acte de libre arbitre est nécessaire pour que Dieu déverse sans mesure son Amour dans nos cœurs et que cet Amour fortifie la foi, par l'action de Dieu Esprit Saint dans l'âme : « Nous avons reconnu l'amour que Dieu a pour nous et nous y avons cru » (1Jn 4, 16). Dieu veut des enfants, Il ne veut pas d'esclaves et c'est pourquoi Il veut compter sur la volonté humaine et personnelle de chacun pour faire croître ses fruits. La foi des disciples grandira certainement au cours de leur vie, et certains d'entre eux iront même jusqu'au martyre pour l'amour et la foi en leur Maître, qu'ils ne sont pas disposés à renier.

## **Méditer avec saint Josémaria**

Sans la liberté nous ne pouvons pas répondre à la grâce ; sans la liberté nous ne pouvons pas nous donner

librement au Seigneur pour le plus surnaturel des motifs : parce que nous en avons envie. (*Quand le Christ passe*, 184).

Je vous le répète : je n'accepte pas d'autre esclavage que celui de l'Amour de Dieu. Et cela parce que, comme je vous l'ai expliqué en d'autres occasions, la religion est la plus grande révolte de l'homme qui ne tolère pas de vivre comme une bête, qui ne se résigne pas, qui ne s'apaise pas tant qu'il ne fréquente pas et ne connaît pas son Créateur. Je vous veux rebelles, libres de tout lien, car je vous veux – le Christ nous veut – enfants de Dieu. Esclavage ou filiation divine : voilà le dilemme de notre vie. Ou enfants de Dieu ou esclaves de l'orgueil, de la sensualité, de cet égoïsme angoissé dans lequel tant d'âmes semblent se débattre.

L'Amour de Dieu marque le chemin de la vérité, de la justice, du bien.

Lorsque nous nous décidons à répondre au Seigneur *ma liberté est à toi*, nous sommes du même coup libérés de toutes les chaînes qui nous liaient à des futilités, à des préoccupations ridicules, à des ambitions mesquines. Et la liberté – ce trésor incalculable, cette perle merveilleuse qu'il serait triste de jeter aux bêtes – est tout entière consacrée à apprendre à faire le bien. (*Amis de Dieu*, 38).

---

#### **4. Notre-Dame, Maîtresse de foi**

Le chemin de la foi est vécu comme un pèlerinage dans cette vie, dans l'espérance de participer pleinement à l'amour de Dieu à la fin de ce chemin. « Ce symbole du pèlerinage de foi illumine l'histoire intérieure de Marie, la croyante par excellence, comme le suggérait déjà le Concile

Vatican II : "Ainsi la bienheureuse Vierge avança dans son pèlerinage de foi, gardant fidèlement l'union avec son Fils jusqu'à la croix" (*Lumen gentium*, n. 58) » (Jean-Paul II, Audience générale, 21-III-2001).

La Mère de Jésus, Maîtresse de foi, sera certainement le chemin le plus court pour arriver à croire en son Fils. Elle, qui a parcouru le chemin de la foi, est un modèle et une aide pour le chrétien. Marie est toujours aux côtés de ses enfants pour intercéder et servir de médiateur pour les grâces dont elle sait que nous avons besoin, comme l'augmentation de notre foi. C'est certainement quelque chose qui lui plaît beaucoup : accompagner ses enfants sur le chemin qui les conduira au bonheur dans ce monde et pour l'éternité.

## **Méditer avec saint Josémaria**

Tu n'es pas seul. Ni toi, ni moi nous ne pouvons nous trouver seuls. Et moins encore si nous allons à Jésus par Marie, car elle est une Mère qui ne nous abandonnera jamais. (*Forge*, 249)

Adressons-lui, nous aussi, ces paroles, en terminant ce moment de méditation. Seigneur, je crois ! J'ai appris à croire en Toi, et j'ai décidé de te suivre de près. Souvent, au cours de ma vie, j'ai imploré ta miséricorde. Et souvent, aussi, je n'ai pas cru que tu puisses engendrer tant de merveilles dans le cœur de tes enfants. Seigneur, je crois ! Mais aide-moi à croire, plus, mieux !

Adressons enfin cette prière à Sainte Marie, Mère de Dieu et notre Mère, modèle de foi : *Oui, bienheureuse celle qui a cru en l'accomplissement de ce qui lui a été dit de la part du Seigneur.* (*Amis de Dieu*, 204).

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-fr/article/que-puis-je-  
faire-pour-grandir-dans-la-foi/](https://opusdei.org/fr-fr/article/que-puis-je-faire-pour-grandir-dans-la-foi/)  
(21/01/2026)