

# Méditation : Samedi après l'Epiphanie

Les thèmes proposés pour la méditation du jour sont : le baptême purifie nos péchés ; Jean Baptiste conduit ses disciples à Jésus ; amener les âmes au Christ.

- Le baptême purifie nos péchés
- Jean Baptiste conduit ses disciples à Jésus
- Amener les âmes au Christ

DANS L'ÉVANGILE d'aujourd'hui nous voyons Jésus à Jérusalem, avec ses disciples. « Et il baptisait » (Jn 3, 22). Le baptême, en tant que rite de

purification des péchés, étaient préfiguré dans l'Ancien Testament au moyen de certains signes : l'arche de Noé, la traversée de la mer Rouge ou du Jourdain... Jésus lui-même s'était rendu à ce fleuve pour manifester sa solidarité rédemptrice, même s'il n'en avait nullement besoin. « Celui qui n'a pas connu le péché, Dieu l'a pour nous identifié au péché, afin qu'en lui nous devenions justes de la justice même de Dieu » (2 Co 5, 21).

Saint Paul fait le rapprochement entre le baptême en Jésus et sa mort : « Nous tous qui par le baptême avons été unis au Christ Jésus, c'est à sa mort que nous avons été unis par le baptême » (Rm 6, 3). *De facto*, c'est ainsi que l'art et la spiritualité orientale le représentent : « L'icône du baptême de Jésus montre l'eau comme un tombeau liquide qui a la forme d'une grotte sombre, qui à son tour est la représentation iconographique de l'Hadès, du

monde souterrain, de l'enfer. La descente de Jésus dans ce tombeau liquide, dans cet enfer qui l'enveloppe complètement, est la représentation de la descente aux enfers » [1]. Nous aussi, nous sommes invités à revivre ce baptême dans la mort du Christ, à nous charger de la croix chaque jour pour ressusciter ensuite avec lui. Tel est le sens de l'expiation qui purifie les traces que le péché a laissées dans notre vie.

Saint Josémaria nous rappelle que nous ne devons pas nécessairement chercher cette purification dans les choses extraordinaires ; « La pénitence, c'est l'accomplissement exact de l'horaire que tu t'es fixé, même si ton corps oppose de la résistance ou si ton esprit prétend s'évader dans des rêveries chimériques. La pénitence consiste à savoir concilier tes obligations envers Dieu, envers les autres et

envers toi-même, en te montrant exigeant envers toi-même pour trouver du temps pour chaque chose. Tu es pénitent lorsque tu te plies amoureusement à ton plan de prière, même si tu es épuisé, sans envie ou froid. La pénitence, c'est traiter toujours les autres avec la plus grande charité, en commençant par ton entourage. C'est apporter la plus grande délicatesse à t'occuper de ceux qui souffrent, des malades, de ceux qui traversent une épreuve » [2].

---

« IL Y EUIT une discussion entre les disciples de Jean et un Juif au sujet des bains de purification. Ils allèrent trouver Jean et lui dirent : “Rabbi, celui qui était avec toi de l'autre côté du Jourdain, celui à qui tu as rendu témoignage, le voilà qui baptise, et tous vont à lui !” » (Jn 3, 25-26). Les

disciples de Jean sont soucieux en voyant que son prestige déclinait à mesure que la popularité de Jésus grandissait, un souci bien compréhensible compte tenu de l'affection et de l'admiration qu'ils lui vouaient. Tout à fait naturellement, la comparaison entre les deux baptêmes s'impose. Au fond, cette question concerne la vraie identité de Jean et de Jésus.

« Jean répondit : “Un homme ne peut rien s'attribuer, sinon ce qui lui est donné du Ciel. Vous-mêmes pouvez témoigner que j'ai dit : Moi, je ne suis pas le Christ, mais j'ai été envoyé devant lui” » (Jn 3, 27-28). Jean corrige le zèle de ses disciples en leur rappelant ses enseignements, la nature de sa mission. Il était, lui, la voix qui annonce l'arrivée du Verbe, comme l'ami de l'époux proclame sa présence : « Celui à qui l'épouse appartient, c'est l'époux ; quant à l'ami de l'époux, il se tient là, il

entend la voix de l'époux, et il en est tout joyeux. Telle est ma joie : elle est parfaite » (Jn 3, 29).

« Jean a été un grand éducateur de ses disciples, car il les a conduits à la rencontre de Jésus, auquel il a rendu témoignage. Il ne s'est pas exalté, il n'a pas voulu que ses disciples soient liés à lui. Et pourtant, Jean était un grand prophète, et sa renommée était très grande. Quand Jésus est venu, il s'est retourné pour le montrer : “ Voici venir derrière moi celui qui est plus fort que moi ... Je vous ai baptisés avec de l'eau ; lui vous baptisera dans l'Esprit Saint ” (Mc 1, 7-8). Le véritable éducateur ne lie pas les gens à lui-même, il n'est pas possessif. Il veut que son fils, ou son disciple, apprenne à connaître la vérité et entre dans une relation personnelle avec elle. L'éducateur accomplit son devoir en profondeur, maintient une présence attentive et fidèle ; mais son

objectif est que l'élève écoute la voix de la vérité qui parle à son cœur et la suive dans un parcours personnel » [3].

---

L'ÉVANGILE d'aujourd'hui se termine par une affirmation tranchante de saint Jean Baptiste, devenue une devise pour les chrétiens tout au long de l'histoire : « Lui, il faut qu'il grandisse ; et moi, que je diminue » (Jn 3, 30). Si la cause du péché originel fut l'orgueil d'Adam et d'Ève, Jésus-Christ nous a rachetés en acceptant avec humilité la volonté du Père. Son exemple est la voie pour notre parcours terrestre et la devise de Jean Baptiste est une manière concrète de mettre en pratique l'aspiration que saint Paul révèle : « Je vis, mais ce n'est plus moi, c'est le Christ qui vit en moi » (Ga 2, 20).

Saint Josémaria a fait sienne cette attitude, c'est pourquoi il répétait souvent que son lot était de se cacher et de disparaître, que Jésus seul devait briller. « Depuis que je me suis décidé à écouter la voix de Dieu, en ayant les premiers signes de l'amour de Jésus, j'ai ressenti dans mon âme le besoin de me cacher et de disparaître, de vivre cet *illum oportet crescere, me autem minui* (Jn 3:30) ; il est bon que la gloire du Seigneur augmente, et que moi, on ne me voie pas » [4]. « C'est la règle de sainteté : notre humiliation, pour que le Seigneur grandisse [...]. La différence entre les héros et les saints est le témoignage, l'imitation de Jésus-Christ. Suivre le chemin de Jésus-Christ, le chemin de la croix. Beaucoup de saints ont fini si humblement. Les grands saints ! [...] Et c'est aussi le chemin de notre sainteté. Si nous ne nous permettons pas que notre cœur se convertisse en suivant le chemin de Jésus — en

portant la croix tous les jours, la croix ordinaire, la simple croix — et de laisser Jésus grandir, si nous ne suivons pas ce chemin, nous ne serons pas des saints. Mais si nous allons dans cette direction, nous témoignerons tous de Jésus-Christ » [5].

Au début d'une nouvelle année, nous demandons au Seigneur de nous aider à aller de l'avant sur le chemin du service et de l'humilité, grâce à une conversion pour imiter le Christ. La Vierge Marie a dit d'elle-même que le Seigneur s'était penché sur son humble servante. Demandons-lui de nous aider à faire grandir le Christ en nous, en récitant la prière de la messe d'aujourd'hui : « Accorde-nous, par ta grâce, de ressembler à celui en qui notre nature s'est unie à la tienne » [6]

---

[1]. Benoît XVI, Jésus de Nazareth,  
Parole et silence, Paris, 2012.

[2]. Saint Josémaria, *Amis de Dieu*

[3]. Saint Josémaria, *Lettre 29  
décembre 1947*, n° 16.

[4]. *Ibid.*

[5]. Pape François, Homélie, 9 mai  
2014.

[6]. Messe du 9 janvier, Prière.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-fr/meditation/  
meditation-samedi-apres-epiphanie/  
\(28/01/2026\)](https://opusdei.org/fr-fr/meditation/meditation-samedi-apres-epiphanie/)