

opusdei.org

# Méditation audio : Je suis la résurrection et la vie

Moment de prière à partir de l'évangile du 5ème dimanche de carême (Année A).

24/03/2023

Prière introductive

*Au nom du Père, et du Fils, et du Saint Esprit.*

*Amen.*

*Mon seigneur et mon Dieu, je crois fermement que Tu es ici, que Tu me vois, que Tu m'entends. Je T'adore avec profonde révérence. Je Te demande le pardon de mes péchés et la grâce de faire avec profit ce moment de prière. Ma mère Immaculée, Saint Joseph, mon Père et Seigneur, mon Ange Gardien, intercédez pour moi.*

## **Conclusion**

*Je Te remercie, mon Dieu, des bonnes résolutions, des actes d'amour et des inspirations que Tu m'as communiqués dans cette méditation. Je te demande de m'aider à les mettre en pratique. Ma mère Immaculée, Saint Joseph, mon Père et Seigneur, mon Ange Gardien, intercédez pour moi.*

**Évangile selon saint Jean 11, 1-45**

En ce temps-là, il y avait quelqu'un de malade,

Lazare, de Béthanie,

le village de Marie et de Marthe, sa sœur. Or Marie était celle qui répandit du parfum sur le Seigneur

et lui essuya les pieds avec ses cheveux.

C'était son frère Lazare qui était malade. Donc, les deux sœurs envoyèrent dire à Jésus :

« Seigneur, celui que tu aimes est malade. » En apprenant cela, Jésus dit :

« Cette maladie ne conduit pas à la mort,

elle est pour la gloire de Dieu,

afin que par elle le Fils de Dieu soit glorifié. » Jésus aimait Marthe et sa

sœur, ainsi que Lazare. Quand il apprit que celui-ci était malade,

il demeura deux jours encore à l'endroit où il se trouvait. Puis, après cela, il dit aux disciples :

« Revenons en Judée. » Les disciples lui dirent :

« Rabbi, tout récemment, les Juifs, là-bas, cherchaient à te lapider,

et tu y retournes ? » Jésus répondit :

« N'y a-t-il pas douze heures dans une journée ?

Celui qui marche pendant le jour ne trébuche pas,

parce qu'il voit la lumière de ce monde ; mais celui qui marche pendant la nuit trébuche,

parce que la lumière n'est pas en lui.  
» Après ces paroles, il ajouta :

« Lazare, notre ami, s'est endormi ;  
mais je vais aller le tirer de ce  
sommeil. » Les disciples lui dirent  
alors :

« Seigneur, s'il s'est endormi, il sera  
sauvé. » Jésus avait parlé de la mort ;  
eux pensaient qu'il parlait du repos  
du sommeil. Alors il leur dit  
ouvertement :

« Lazare est mort, et je me réjouis de  
n'avoir pas été là,  
à cause de vous, pour que vous  
croyiez.

Mais allons auprès de lui ! » Thomas,  
appelé Didyme (c'est-à-dire Jumeau),  
dit aux autres disciples :

« Allons-y, nous aussi, pour mourir  
avec lui ! » À son arrivée,

Jésus trouva Lazare au tombeau depuis quatre jours déjà. Comme Béthanie était tout près de Jérusalem

– à une distance de quinze stades

(c'est-à-dire une demi-heure de marche environ) –, beaucoup de Juifs étaient venus

réconforter Marthe et Marie au sujet de leur frère. Lorsque Marthe apprit l'arrivée de Jésus,

elle partit à sa rencontre,

tandis que Marie restait assise à la maison. Marthe dit à Jésus :

« Seigneur, si tu avais été ici,

mon frère ne serait pas mort. Mais maintenant encore, je le sais,

tout ce que tu demanderas à Dieu, Dieu te l'accordera. » Jésus lui dit :

« Ton frère ressuscitera. » Marthe reprit :

« Je sais qu'il ressuscitera à la résurrection,

au dernier jour. » Jésus lui dit :

« Moi, je suis la résurrection et la vie.

Celui qui croit en moi,

même s'il meurt, vivra ; quiconque vit et croit en moi

ne mourra jamais.

Crois-tu cela ? » Elle répondit :

« Oui, Seigneur, je le crois :

tu es le Christ, le Fils de Dieu,

tu es celui qui vient dans le monde. »

Ayant dit cela, elle partit appeler sa sœur Marie,

et lui dit tout bas :

« Le Maître est là, il t'appelle. »

Marie, dès qu'elle l'entendit,

se leva rapidement et alla rejoindre Jésus. Il n'était pas encore entré dans le village,

mais il se trouvait toujours à l'endroit où Marthe l'avait rencontré. Les Juifs qui étaient à la maison avec Marie

et la réconfortaient,

la voyant se lever et sortir si vite, la suivirent ;

ils pensaient qu'elle allait au tombeau pour y pleurer. Marie arriva à l'endroit où se trouvait Jésus.

Dès qu'elle le vit,

elle se jeta à ses pieds et lui dit :

« Seigneur, si tu avais été ici,

mon frère ne serait pas mort. »

Quand il vit qu'elle pleurait,

et que les Juifs venus avec elle  
pleuraient aussi,

Jésus, en son esprit, fut saisi  
d'émotion, il fut bouleversé, et il  
demanda :

« Où l'avez-vous déposé ? »

Ils lui répondirent :

« Seigneur, viens, et vois. » Alors  
Jésus se mit à pleurer. Les Juifs  
disaient :

« Voyez comme il l'aimait ! » Mais  
certains d'entre eux dirent :

« Lui qui a ouvert les yeux de  
l'aveugle,

ne pouvait-il pas empêcher Lazare de  
mourir ? » Jésus, repris par  
l'émotion,

arriva au tombeau.

C'était une grotte fermée par une pierre. Jésus dit :

« Enlevez la pierre. »

Marthe, la sœur du défunt, lui dit :

« Seigneur, il sent déjà ;

c'est le quatrième jour qu'il est là. »  
Alors Jésus dit à Marthe :

« Ne te l'ai-je pas dit ?

Si tu crois, tu verras la gloire de Dieu.  
» On enleva donc la pierre.

Alors Jésus leva les yeux au ciel et dit :

« Père, je te rends grâce

parce que tu m'as exaucé. Je le savais bien, moi, que tu m'exauces toujours ;

mais je le dis à cause de la foule qui m'entoure,

afin qu'ils croient que c'est toi qui m'as envoyé. » Après cela, il cria d'une voix forte :

« Lazare, viens dehors ! » Et le mort sortit,

les pieds et les mains liés par des bandelettes,

le visage enveloppé d'un suaire.

Jésus leur dit :

« Déliez-le, et laissez-le aller. »

Beaucoup de Juifs, qui étaient venus auprès de Marie

et avaient donc vu ce que Jésus avait fait,

crurent en lui.

[Accéder à toutes les méditations audio](#)

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-lu/article/meditation-  
audio-je-suis-la-resurrection-et-la-vie/](https://opusdei.org/fr-lu/article/meditation-audio-je-suis-la-resurrection-et-la-vie/)  
(02/04/2026)