

# Le sens de la souffrance

Pour que tu ne les gaspilles pas, je vais te dire quels sont les trésors de l'homme sur la terre : la faim, la soif, la chaleur, le froid, la douleur, le déshonneur, la pauvreté, la solitude, la trahison, la calomnie, la prison...

05/03/2010

Pour que tu ne les gaspilles pas, je vais te dire quels sont les trésors de l'homme sur la terre : la faim, la soif, la chaleur, le froid, la douleur, le

déshonneur, la pauvreté, la solitude,  
la trahison, la calomnie, la prison...

*Chemin, 194*

Face à tous ces maux de la vie, le chrétien n'a qu'une réponse possible, mais c'est une réponse définitive: le Christ sur la Croix; Dieu qui souffre et qui meurt, Dieu qui nous offre son cœur, qu'une lance a percé, par amour pour nous tous. Notre Seigneur déteste les injustices et condamne celui qui les commet. Mais, comme Il respecte la liberté de chaque individu, Il permet qu'elles existent. Dieu Notre Seigneur ne provoque pas la douleur de ses créatures, mais Il la tolère parce que — à la suite du péché originel — elle fait partie de la condition humaine. Et pourtant, son Cœur plein d'Amour pour les hommes l'a incité à charger la Croix sur ses épaules, avec toutes ces tortures que sont notre souffrance, notre tristesse, notre

angoisse, notre faim et notre soif de justice.

*Quand le Christ passe, 168*

## **Nos afflictions nous unissent au Christ**

Si, face à la réalité de la souffrance, vous sentez parfois votre âme vaciller, il n'y a qu'un remède: regarder le Christ. La scène du Calvaire atteste, aux yeux de tous, que les afflictions doivent être sanctifiées en union avec la Croix.

Car si nos épreuves sont assumées chrétiennement, elles ont valeur de réparation, de rachat de nos fautes, de participation au destin et à la vie de Jésus, qui a voulu, par amour des hommes, éprouver toute sorte de douleur et des tourments en tout genre. Il est né, Il a vécu, Il est mort dans la pauvreté; Il a été attaqué, insulté, diffamé, calomnié et condamné injustement; Il a connu la

trahison, l'abandon de ses disciples;  
Il a fait l'amère expérience de la  
solitude, du châtement et de la mort.  
Aujourd'hui encore, le Christ  
continue à souffrir dans ses  
membres, dans l'humanité tout  
entière qui peuple cette terre et dont  
Il est la Tête, le Fils premier-né, et le  
Rédempteur.

*Quand le Christ passe, 168*

## **Suivre avec profit la discipline de la douleur**

C'est tout un programme que  
l'Apôtre nous trace pour suivre avec  
profit la discipline de la douleur : *spe  
gaudentes* — joyeux par l'espérance,  
*in tribulatione patientes* — endurants  
dans l'épreuve, *orationi instantes* —  
constants dans la prière.

*Chemin, 209*

Unis la douleur — la Croix extérieure  
ou intérieure —, à la Volonté de Dieu,

par le moyen d'un "fiat" généreux; et tu te rempliras de joie et de paix.

*Forge, 771*

Béni soit la douleur. — Aimée soit la douleur. — Sanctifiée soit la douleur... Glorifiée soit la douleur !

*Chemin, 208*

### **Souffrir dans la joie**

Si nous unissons nos petites — nos contradictions, petites ou grandes — aux grandes souffrances du Seigneur, du Seigneur Victime — c'est Lui la seule Victime! — leur valeur ne fera qu'augmenter, elles deviendront un trésor et c'est alors que, de bon gré, et avec empressement, nous prendrons sur nous la Croix du Christ.

— Et ainsi il n'y aura pas de peine qu'on ne puisse vaincre rapidement;

et rien ni personne ne nous ôtera la paix et la joie.

*Forge, 785*

## **Face à la souffrance d'autrui**

Ne passe pas avec indifférence devant la douleur d'autrui. Cette personne (un parent, un ami, un collègue..., cette autre que tu ne connais pas) est ton frère.

Pense à l'Évangile où si souvent tu as lu, avec tristesse, que même les proches de Jésus n'avaient pas confiance en Lui. Veilles-y : que cette scène ne se reproduise pas.

*Sillon, 251*

## **Avec l'aide de Sainte Marie**

Admire la fermeté de la Vierge Marie : au pied de la Croix, en proie à la plus grande douleur humaine — il n'est pas de douleur pareille à sa

douleur — et pourtant pleine de fermeté.

— Et demande-lui un peu de cette force d'âme, de manière à savoir, toi aussi, te tenir au pied de la Croix.

*Chemin, 508*

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*

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr/article/le-sens-de-la-  
souffrance/](https://opusdei.org/fr/article/le-sens-de-la-souffrance/) (09/03/2026)