

# Méditation : Dimanche de la 19ème semaine du Temps Ordinaire (cycle B)

Les thèmes proposés pour la méditation sont : lorsque nous marchons dans le désert ; Jésus nous offre une nourriture unique ; l'Eucharistie, folie d'amour.

- Lorsque nous marchons dans le désert.
- Jésus nous offre une nourriture unique.

## - L'Eucharistie, folie d'amour.

---

LE FIL CONDUCTEUR de la liturgie de ce dimanche est l'Eucharistie. La première lecture nous présente le prophète Élie fuyant ceux qui voulaient le tuer. Après un voyage dans le désert, il est à bout de forces et, se tournant vers Dieu, il s'exclame : « “Maintenant, Seigneur, c'en est trop ! Reprends ma vie : je ne vaux pas mieux que mes pères”. Puis il s'étendit sous le buisson, et s'endormit. Mais voici qu'un ange le toucha et lui dit : “Lève-toi, et mange !” Il regarda, et il y avait près de sa tête une galette cuite sur des pierres brûlantes et une cruche d'eau. Il mangea, il but, et se rendormit. Une seconde fois, l'ange du Seigneur le toucha et lui dit : « “Lève-toi, et mange, car il est long, le chemin qui te reste”. Élie se leva,

mangea et but. Puis, fortifié par cette nourriture, il marcha quarante jours et quarante nuits jusqu'à l'Horeb, la montagne de Dieu » (1 R 19, 4-8).

L'expérience d'Élie ressemble à celle du peuple d'Israël lorsqu'il a quitté l'Égypte poursuivi par Pharaon. La nourriture qu'il reçoit de l'ange a été considérée dans la tradition de l'Église comme une figure de l'Eucharistie. « Les fidèles, pendant qu'ils vivent en ce monde, jouissent, par la grâce de ce sacrement, de la plus grande paix et de la plus grande tranquillité de conscience ; ranimés ensuite par sa vertu, ils montent à la gloire et à la félicité éternelles, à la manière d'Élie qui, fortifié par du pain cuit sous la cendre, marcha (quarante jours et quarante nuits) jusqu'à l'Horeb, la montagne de Dieu, lorsque le moment approcha pour lui de quitter cette vie » <sup>[1]</sup>.

Comme Élie, nous traversons des périodes de notre vie où nous avons l'impression d'être à bout de forces. Il y a des moments où l'épuisement physique s'accompagne d'une fatigue mentale et spirituelle. Alors peut-être ne percevons-nous pas très bien la direction dans laquelle *nous marchons dans le désert* et, comme le prophète, nous pouvons être assaillis par le désespoir et l'envie d'abandonner. Dieu n'est pas indifférent à cette situation. C'est pourquoi « notre Dieu a décidé de demeurer dans le Tabernacle pour nous alimenter, pour nous fortifier, pour nous diviniser, pour rendre efficace notre tâche et notre effort »<sup>[2]</sup>

— Lorsque nous recevons le Seigneur dans la communion, ou lorsque nous passons du temps à prier devant lui, nous pouvons lui confier tout ce qui nous fait souffrir : peurs, doutes, fatigue, soucis... Dieu ne résoudra généralement pas nos problèmes du jour au lendemain, mais il nous

aidera, comme Elie, à marcher dans le désert avec force, confiance et sérénité.

---

DANS L'ÉVANGILE D'AUJOURD'HUI, Jésus est présenté comme le pain de vie. « Au désert, vos pères ont mangé la manne, et ils sont morts ; mais le pain qui descend du ciel est tel que celui qui en mange ne mourra pas. Moi, je suis le pain vivant, qui est descendu du ciel : si quelqu'un mange de ce pain, il vivra éternellement. Le pain que je donnerai, c'est ma chair, donnée pour la vie du monde » (Jn 6, 49-51). La manne que les Israélites ont mangée dans le désert leur a donné la force d'atteindre la terre promise. Mais « maintenant, Jésus se présente comme le vrai pain descendu du ciel, capable de soutenir la vie non pas pour un moment ou pour un bout de

chemin, mais pour toujours. Il est la nourriture qui donne la vie éternelle, parce qu'il est le Fils unique de Dieu, qui est dans le sein du Père et qui est venu pour donner à l'homme la vie en plénitude, pour faire entrer l'homme dans la vie même de Dieu »  
[3].

---

De nombreuses réalités terrestres nous aident certainement à reprendre des forces : un plan en famille, un bon repas, un peu de sport... En effet, de nombreux soucis disparaissent ou prennent une autre dimension lorsque nous savons nous reposer. Tout cela est nécessaire et fait d'ailleurs partie du chemin de la sainteté : c'est aussi là que nous sommes appelés à trouver Dieu. Mais en même temps, nous expérimentons les limites de ces biens. Fonder sa vie uniquement sur ce pain est une source de frustration, car cela ne répond pas aux aspirations les plus authentiques de l'homme. Le

mangeur peut être rassasié pendant un certain temps, mais il en redemande rapidement.

Jésus nous offre une nourriture unique. « Ce n'est pas un pain parmi d'autres, mais le pain de la vie. En d'autres termes, sans lui, nous survivons plus que nous ne vivons, car lui seul nourrit nos âmes, lui seul nous pardonne le mal que nous ne pouvons vaincre seuls, lui seul nous fait sentir aimés même lorsque tout le monde nous déçoit, lui seul nous donne la force d'aimer, lui seul nous donne la force de pardonner dans les difficultés, lui seul donne au cœur la paix qu'il recherche, lui seul donne la vie pour toujours lorsque la vie ici-bas s'achève » <sup>[4]</sup>. Chaque fois que nous mangeons ce pain, Dieu entre dans notre âme et nous nourrit dans notre voyage terrestre vers le but du ciel.

---

CERTAINS Juifs, après avoir entendu le discours de Jésus sur le pain de vie, se mirent à murmurer entre eux : « Celui-là n'est-il pas Jésus, fils de ? Nous connaissons bien son père et sa mère. Alors comment peut-il dire maintenant : “Je suis descendu du ciel” ? » (Jn 6,42). La première réaction à la promesse de l'Eucharistie est le scandale. Il est probable que beaucoup de ceux qui étaient présents savaient depuis des années qui était Jésus. Ils ne pouvaient donc pas comprendre que celui qui leur était si familier puisse être Dieu. Et encore moins qu'il faille manger sa chair pour accéder à la vie éternelle. Peut-être avaient-ils à l'esprit l'idée d'un Dieu lointain, étranger aux affaires des hommes. Ou peut-être ne pouvaient-ils pas imaginer un Dieu si proche qu'il se mêlerait ainsi aux hommes. Quoi qu'il en soit, Dieu a pris la nature humaine « pour moi, pour toi, pour nous tous, pour entrer dans notre

vie. Et tout l'intéresse. Nous pouvons lui parler de nos affections, de notre travail, de notre journée, de nos douleurs et de nos angoisses, de beaucoup de choses. Nous pouvons tout lui dire parce que Jésus désire cette intimité avec nous. Que ne veut-il pas ? Être relégué à l'arrière-plan — lui qui est le pain — être ignoré et mis à l'écart, ou n'être appelé que lorsque nous sommes dans le besoin » <sup>[5]</sup>.

Saint Josémaria aimait considérer que le Christ, en demeurant dans l'Eucharistie, nous montre son amour d'une manière à la fois humaine et divine. Il donnait l'exemple de deux personnes qui « aimeraient être toujours ensemble, mais le devoir — quel qu'il soit — les oblige à s'éloigner l'un de l'autre. Ils désireraient rester ensemble et ils ne le peuvent pas. L'amour de l'homme, si grand soit-il, a des limites ; il a recours à un symbole. Ceux qui se

quittent échangent un souvenir ; peut-être une photographie, avec une dédicace si enflammée qu'on est surpris que le papier n'en brûle pas. Ils ne peuvent pas faire davantage : les désirs des créatures dépassent tellement leurs possibilités. Ce que nous ne pouvons pas, le Seigneur le peut. Jésus-Christ, Dieu parfait et homme parfait, ne nous laisse pas un symbole, mais la réalité : Il reste Lui-même »<sup>[6]</sup>. L'Eucharistie est un mystère devant lequel nous ne pouvons que nous émerveiller. Elle est la preuve ultime de l'amour de Dieu et de son désir de nous voir accéder à la vie éternelle. Et c'est un don rendu possible par une seule personne. « De qui le Fils de Dieu a-t-il pris sa "chai"<sup>"</sup>, son humanité concrète et terrestre ? Il l'a prise de la Vierge Marie. C'est d'elle que Dieu a pris le corps humain pour entrer dans notre condition mortelle »<sup>[7]</sup>. Nous pouvons lui demander de

savoir mettre l’Eucharistie, « folie d’Amour »<sup>[8]</sup>, au centre de notre vie.

---

<sup>[1]</sup>. *Catéchisme romain*, 2, 4, 54.

<sup>[2]</sup> Saint Josémaria, *Quand le Christ passe*, n° 151.

<sup>[3]</sup>. Benoît XVI, *Angélus*, 12 août 2012.

<sup>[4]</sup>. Pape François, *Angélus*, 8 août 2021.

<sup>[5]</sup>. *Ibid.*

<sup>[6]</sup>. Saint Josémaria, *Quand le Christ passe*, n° 83.

<sup>[7]</sup>. Benoît XVI, *Angélus*, 16 août 2009.

<sup>[8]</sup>. Saint Josémaria, *Chemin*, n° 432.

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr/meditation/meditation-  
dimanche-de-la-19eme-semaine-du-  
temps-ordinaire-cycle-b/](https://opusdei.org/fr/meditation/meditation-dimanche-de-la-19eme-semaine-du-temps-ordinaire-cycle-b/) (12/01/2026)