



Semaine 5

RETROUVER LA LIBERTÉ DES ENFANTS DE DIEU

Retraite spirituelle en ligne Carême 2026 - Avec St Jean de la Croix « Rencontrer le Christ au fond de notre cœur »

## Évangile de Jésus Christ selon saint Jean (Jn 11, 3-7.17.20-27.33b-45)

En ce temps-là, Marthe et Marie, les deux sœurs de Lazare, 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.* »

À son arrivée, Jésus trouva Lazare au tombeau depuis quatre jours déjà. 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. »*

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.

## **Le sommeil, la mort et le réveil : l'amitié de Jésus et le mystère pascal**

Nous voici en présence d'un Évangile très émouvant et très humain. On y découvre fortement la sensibilité de Jésus, ses amitiés, ses émotions...

Jésus aimait entretenir sa relation avec son ami Lazare et avec ses deux sœurs. Il cultivait avec elles de vraies relations d'amitié. Mais, comme dans toutes relations fortes, les séparations sont dramatiques... Ici, il s'agit du plus grand drame : la mort.

Pourtant, Jésus affirme : « *Lazare, notre ami, s'est endormi ; mais je vais aller le tirer de son sommeil* » (v.11).

Avec cet endormissement et ce réveil, nous sommes en plein mystère pascal de mort-résurrection. Car, comme nous l'avons déjà souligné, dans la Bible, **le sommeil et le réveil sont assimilés à la mort et à la résurrection.**

De plus, il faut d'emblée souligner que l'évangéliste saint Jean présente la mort de Jésus comme un endormissement.

À cet égard, relisons l'émouvant chapitre 19 de son Évangile, au verset 30 : « *Quand il eut pris le vinaigre, Jésus dit : "Tout est accompli." Puis, inclinant la tête, il remit l'Esprit* » (Jn 19,30).

Comme l'ont remarqué les Pères de l'Église et les exégètes modernes, quand on meurt, on émet le dernier « *souffle* » et la tête tombe.

Pour le sommeil, c'est l'inverse : après l'état de veille, la tête bascule dans le sommeil pour entrer dans le « *souffle* »

du repos. Pour la mort, l'ordre est : « *souffle* » puis « *tête tombe* » ; pour le sommeil, l'ordre s'inverse : « *tête tombe* » puis « *souffle* ». C'est ce dernier ordre que décrit saint Jean : Jésus s'endort dans la mort.

Jean souligne également que Jésus meurt le vendredi soir, alors que débute le sabbat. Celui-ci, comme on le sait, commence la veille du samedi, à la tombée du jour. Dans le « *Tout est accompli* », Jésus se présente donc comme le Nouvel Adam qui a accompli sa journée de travail — la rédemption — ; il peut se reposer, s'endormir dans le repos de Dieu, le septième jour, le sabbat.

On peut traduire aussi : « *Tout est consommé* » ; alors Jésus est l'Époux divin qui consomme son mariage avec l'Église sur le lit nuptial de la Croix. Mais Jésus se réveillera, il ressuscitera.

**En dormant, puis en se réveillant, il fait passer toute l'humanité dans le repos de Dieu, en la ressuscitant, en la réveillant avec Lui. C'est ce qu'il anticipe avec son ami Lazare : « *Je vais aller le tirer de ce sommeil* ».**

Saint Jean de la Croix a longuement médité sur cet endormissement. Ce thème est au centre de l'un de ses plus beaux chants : « *La Nuit obscure* », que nous avons déjà entrevue. Nous y voyons d'abord une épouse qui, à la faveur de l'obscurité de la nuit, alors que tout le monde dort, s'évade de sa demeure — sa prison — pour rejoindre son Bien-Aimé. Il s'agit bien entendu d'une allégorie.

Notre âme, notre intériorité, au lieu de se reposer dans le Christ-Époux, est souvent prise par la frénésie de l'activisme, aussi bien spirituel que matériel. Il s'agit donc de s'évader de cette prison grâce à l'obscurité protectrice de la foi : « *En une nuit obscure, ... / Ô l'heureuse aventure ! Je sortis sans être remarquée, ma demeure étant désormais endormie* » (PO NO 1 v.3-5).

Et Jean de la Croix commente : « *Dans cette première strophe, l'âme chante le bonheur qu'elle a eu de sortir de toutes les choses extérieures... Aussi l'âme dit-elle qu'elle est sortie tandis que sa demeure, c'est-à-dire sa partie sensitive (la sensibilité et l'affectivité), était en repos* » (MC 1 1 1et 4).

Il s'agit d'apaiser notre sensibilité et notre affectivité — sans les nier —, toujours extériorisées, même pour les choses saintes, de sortir de leur emprise pour s'intérioriser, se recueillir.

Il faut « *s'endormir* », « *mourir* » à notre attitude captative et extériorisée pour se réveiller à notre attitude oblatrice et intériorisée, dans le Christ-Époux.

Si nous vivons de cette attitude, alors l'Époux Lui-même, le Christ, viendra reposer en nous. C'est ce que chante la suite du poème de Jean de la Croix : « *Sur mon cœur couvert de fleurs, et que pour Lui seul je gardais, mon Bien-Aimé s'est endormi* » (6 v.1-3).

Si le cœur se « *garde* », dans le recueillement, pour le Bien-Aimé, alors Lui-même vient y dormir, y mourir d'amour, comme Jésus sur la Croix.

Cela, pour extraire son épouse de la mort spirituelle, pour la réveiller, pour la « *prendre* » dans sa propre Résurrection. C'est ce que chante encore la suite du poème : « *Lorsque le souffle du matin faisait voltiger ses cheveux, de sa main si douce il m'a prise* » (7 v.1-3).

L'Épouse est réveillée dans le souffle du matin, c'est-à-dire dans le souffle de l'Esprit-Saint qui, au matin de Pâques, ressuscita Jésus. C'est ce même souffle — l'Esprit — que Jésus donna en sa mort d'amour sur la Croix. C'est tout cela que Jésus va faire pour son ami Lazare, et qu'Il veut faire pour nous, dès ici-bas.

## **Marcher dans la nuit de la foi : la Lumière à l'œuvre dans la mort et la résurrection**

Donc, Jésus, le Nouvel Adam, va accomplir sa journée de travail : « *N'y a-t-il pas douze heures dans une journée ? Celui qui marche pendant le jour ne trébuche pas... mais celui qui marche la nuit trébuche, parce que la lumière n'est pas en lui* » (v.9-10).

Il s'agit des heures du travail rédempteur de Jésus, et c'est la réponse qu'Il fait aux apôtres effrayés parce que : « *Les Juifs, là-bas, cherchaient à te lapider, et tu y retournes ?* » (v.8).

En « *marchant* » vers Jérusalem, Jésus va affronter sa propre Passion, sa propre mort ; en la traversant, Il va traverser celle de Lazare et la nôtre, accomplissant son œuvre. Il va affronter, Lui, la Lumière du monde,

les ténèbres du péché et de la mort. Mais cette Lumière, qui est Jésus, est une lumière divine, aveuglante. Il faut aller vers elle de nuit, dans l'obscurité de la foi.

Cette foi, c'est précisément ce que Jésus demande à Marthe et Marie, et donc à nous aussi : « ***Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra... Crois-tu cela ?*** » (v.25-26). « ***Oui, Seigneur, je crois : tu es le Christ, le Fils de Dieu, tu es celui qui vient dans le monde*** » (v.27). **C'est la profession de foi la plus complète de tous les Évangiles.**

Jésus, l'Époux de l'Église, ne veut accomplir de résurrection que par la foi féminine, mariale et ecclésiale de son « épouse » — représentée ici par les deux sœurs. La « *Nuit obscure* » de la foi ecclésiale accueille la Lumière du monde pour que les ténèbres en soient illuminées. C'est en ce sens que Jean de la Croix chante encore : « *Cette lumière me guidait, bien mieux que celle de midi, où déjà m'attendait celui que dès longtemps je connaissais ; nul en ce lieu ne paraissait* » (PO NO 4).

La « *lumière de midi* » (v.1), c'est, pour notre auteur, nos propres lumières, nos certitudes et nos sécurités humaines — trop humaines...

**En revanche, la lumière de la foi obscure nous conduit en « *ce lieu* » (v.5) mystérieux, qui est en même temps la Croix de Jésus et le fond de notre cœur où nous l'accueillons.**

Là, « *où déjà* » (v.4) nous « *attendait* » (idem) l'Époux. En ce lieu du fond du

cœur, « *dès longtemps* » (v.4), c'est-à-dire depuis toujours, nous « *connaissons* » (idem) cet Époux ; mais désormais, la connaissance lointaine va se faire union, mariage spirituel.

Ce lieu du fond du cœur, « *nul n'y paraît* » (v.4) : seul l'Époux peut nous y rejoindre. C'est ce que réalise Jésus devant nos yeux dans cet Évangile. Il va rejoindre Lazare — et nous-mêmes — dans sa mort, dans notre mort, pour une libération, une évasion : « *En une nuit obscure... ô l'heureuse aventure... je sortis...* » Mais, pour le moment, le lieu où nous gisons avec Lazare est « *une grotte fermée par une pierre* » (v.38).

Il s'agit de nos enfermements dans notre « *cœur de pierre* » ...

Jésus, Lui, a un cœur de chair : « *Alors Jésus se mit à pleurer... Jésus, repris par l'émotion, arriva au tombeau...* » (v.35 et 38).

C'est le cœur compatissant de Jésus qui ressuscite nos cœurs : « *J'enlèverai vos cœurs de pierre et je vous donnerai un cœur de chair* », dit Dieu par le prophète Jérémie. Justement, c'est ce que demande Jésus : « ***Enlevez la pierre !*** » (v.39). Enlevez la pierre de vos cœurs et laissez-moi entrer pour vous libérer. « *Après cela, il cria d'une voix forte : "Lazare, viens dehors !" Et le mort sortit...* » (v.43-44). Il s'agit d'un nouvel Exode libérateur — en grec, « *sortir* » se dit exodos. Célébrant cette libération, Jean de la Croix écrit : « *Oh, quel bonheur pour une âme de s'évader de cette... misérable servitude... lorsqu'elle*

*se trouvait prisonnière de la vie égocentree... Elle comprend que la vie de l'esprit (la vie christocentree) est la vraie liberté » (NO 2 14 3).*

Et en effet, voilà que Jésus demande : « *Déliez-le et laissez-le aller* » (v.44). Où va Lazare ? Où allons-nous, une fois libérés ? Vers Jésus et vers son Père, vers Marie et Marthe, vers les amis de Lazare « *qui étaient venus...* » (v.45) ; bref, vers la communion divine et fraternelle retrouvée.

**Notre égocentrisme captatif nous enferme dans le tombeau de notre cœur de pierre. Cet activisme, jamais satisfait, nous empêche de « *dormir* », de reposer dans le cœur de chair de Jésus, et de « *sortir* » vers notre Père et nos frères et sœurs.**

Par bonheur, Jésus s'est endormi sur la Croix à toute cette extériorité ; puis, reposant dans nos tombeaux d'égocentrisme, Il s'y est réveillé, nous réveillant avec Lui. Car, sur le lit nuptial de la Croix, où Il s'endormait, l'Époux resta fidèle à son épouse — l'humanité : « *Père, pardonne-leur* ».

Il resta aussi fidèle à son Père : « *Père, en tes mains je remets mon esprit* ». Ainsi, nos morts — ou endormissements peccamineux — dans les ténèbres repoussant la Lumière sont vaincus par la mort, ou l'endormissement, de Jésus.

Alors, dans la nuit de notre foi accueillant la Lumière, l'Époux peut réveiller son épouse avec Lui : « *Ô nuit (chante Jean de la Croix) qui fus ma conductrice ! [...] Ô nuit qui sus si bien unir l'Amant avec la bien-aimée, l'amante en*

*l'Amant transformée ! » (PO NO 5 v.1, 3, 4, 5) Lazare « vient dehors », c'est-à-dire vient à la lumière. Et il y vient grâce à la foi — à la nuit — féminine de Marthe et Marie. Il en a été de même pour Jésus, qui ressuscita grâce à la nuit de la foi de sa Mère, debout dans l'oblativité de la Croix.*

Aussi, ce mariage mystique, cette transformation l'un en l'autre des amants, c'est ce changement de notre cœur — sa transformation dans le cœur de Marie accueillant le cœur de Jésus — qui, à son tour, nous transforme. Décrivant cette union spirituelle nuptiale, Jean de la Croix écrit magnifiquement : *« Dans l'union et transformation d'amour, ils se donnent (le Christ et le croyant) l'un à l'autre, ils s'échangent l'un pour l'autre, et chacun d'eux est réellement l'autre en transformation d'amour. Saint Paul nous donne à entendre cette merveille lorsqu'il dit : "Je vis, non plus moi, mais le Christ en moi." [...] Il vivait encore, mais non de sa vie propre, parce qu'il était transformé dans le Christ. Et comme une telle vie est plus divine qu'humaine, il dit que ce n'est plus lui qui vit, mais le Christ... Cette transformation en la vie divine sera parfaite au ciel » (CSB 12 7-8).*

## **De la transformation d'amour au visage ressuscité**

L'évangéliste Jean souligne que, lorsque Lazare sort de son tombeau, il a « *le visage enveloppé d'un suaire* » (v.44).

Nous retrouvons un suaire — celui de Jésus — à la fin du même Évangile, mais cette fois-ci : « *non pas avec les linges, mais roulé à part, à sa place* » (Jn 20,7).

**En enlevant, lors de sa Résurrection, le suaire de son visage outragé, Jésus a enlevé le suaire de tous les visages outragés : celui de Lazare, et aussi le nôtre.** Notre visage, pour se protéger des blessures affectives, est souvent devenu un « *masque* ». À cause de notre péché, il est devenu aussi un masque narcissique ou dépressif, un masque mortuaire — un « *suaire* » ...

À l'inverse, dans sa Résurrection, Jésus garde la beauté iconique de son visage de miséricorde, comme a su si merveilleusement bien le représenter un peintre comme Rembrandt.

En Jésus, nous retrouvons notre vraie personnalité d'enfants de Dieu, notre vrai visage d'éternité. Dans son poème *La Nuit obscure*, Jean de la Croix décrit « *l'épouse* » — notre intériorité — qui, acceptant de se reposer sur le cœur du Christ, retrouve son vrai visage. C'est en acceptant de poser son visage près de celui du Christ qu'elle ressuscite à sa vraie personnalité, perdant alors tout suaire narcissique ou dépressif : « *Je restai là, je m'oubliai, le visage penché sur lui ; tout disparut, je me livrai, j'abandonnai tous mes soucis, les oubliant parmi les lys* » (PO NO 8)

Endormie dans la mort du Christ — car son visage est « *penché* », comme pour Jésus s'endormant sur la Croix — l'épouse s'endort à son extériorité

captative ; elle s'oublie et s'abandonne. Voilà que l'Époux peut alors la réveiller, enlever son « *suaire* » et lui faire contempler son vrai visage. Dans son *Cantique spirituel*, Jean décrit ce jeu de miroir de la beauté iconique des visages de l'Époux et de l'épouse :

**« Que je sois tellement transformée en ta beauté que je te devienne semblable, en sorte que, nous contemplant l'un l'autre, chacun de nous voie dans l'autre sa propre beauté... Ainsi je te verrai dans ta beauté, et tu me verras dans ta beauté »** (CSB, 36 5).

Marthe et Marie avaient fait dire à Jésus : « *Seigneur, celui que tu aimes est malade* » (v.3). Jésus avait répondu : « *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* » (v.4).

Celui, celle que Jésus aime, c'est chacun, chacune d'entre nous. **Jésus veut nous rejoindre dans nos égarements. Ces égarements nous emprisonnent dans des activismes qui nous projettent hors de notre cœur et hors du sien. Ce manque de repos en son cœur nous rend « malades ».**

Cependant, cette maladie ne conduit pas à la mort, mais à la rencontre profonde avec le Fils de Dieu devenu Fils de l'homme. Lui qui est venu « *s'endormir* », mourir d'amour, pour nous rejoindre dans cette maladie qui nous met au tombeau, mais d'où Il est sorti vainqueur. « *Déliez-le et laissez-le aller* » (v.44). C'est la « *gloire* » de Jésus :

Il va toujours au bout de ses amitiés, fidèlement. Toujours Il nous rend notre liberté d'enfants de Dieu.

Dans l'Exode de sa Croix — « *Lazare, sors !* » — Il nous entraîne, dans l'Esprit, vers la terre promise qui est le cœur de son Père et notre Père : « *Père, je te rends grâce... tu m'exauces toujours* » (v.41-42). Entrons et demeurons dans cette action de grâce.

Frère Jean Honoré Sialelli, ocd (Fribourg)



« Résurrection de Lazare » Rembrandt

# Prier chaque jour de la semaine - Semaine 5

**Lundi 23 mars : 24 heures sur 24 !**



« Rien ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu manifesté dans le Christ Jésus notre Seigneur. » (Rm 8, 39)

« Que vous mangiez, que vous buviez, que vous parliez, que vous traitiez avec les séculiers [les personnes non religieuses], ou que vous fassiez toute autre chose, entretenez constamment en vous le désir de Dieu... » (A 9)

À tout moment et dans toute situation, je peux m'élever spontanément vers Dieu dans une courte prière jaillie du cœur.

## **Mardi 24 mars : Le grand acteur de nos vies**



« Le baptême de Jésus » Giovanni-Battista Caracciolo

« Avec ceux qui l'aiment, Dieu collabore en tout pour leur bien. » (Rm 8,28)

« Dieu prend soin des affaires de ceux qui l'aiment avec ardeur, et sans qu'ils aient à s'en mettre en peine. » (L 27)

Ai-je conscience que le grand acteur dans ma vie, c'est l'Esprit Saint ?

## Mercredi 25 mars : Jetez votre souci en Dieu !



« Votre Père céleste sait que vous avez besoin de tout cela. » (Mt 6,32)

« Jetez vos inquiétudes en Dieu qui a soin de vous et qui ne vous oubliera point. » (Lettre 40)

Est-ce que je peux m'endormir le soir en remettant entre les mains de Dieu ce qui me préoccupe ?

## Jeudi 26 mars : Vigueur de l'âme



« Nous nous glorifions encore des tribulations, sachant bien que la tribulation produit la patience, la patience une vertu éprouvée, la vertu éprouvée l'espérance » (Rm 5,3-4)

« L'énergie et la vigueur de l'âme grandissent et se fortifient dans les épreuves de patience. » (PA 4)

Quand une situation éprouve ma patience, pourquoi ne pas l'offrir à Dieu afin qu'elle porte en moi un fruit spirituel ?

## Vendredi 27 mars : Force de la douceur



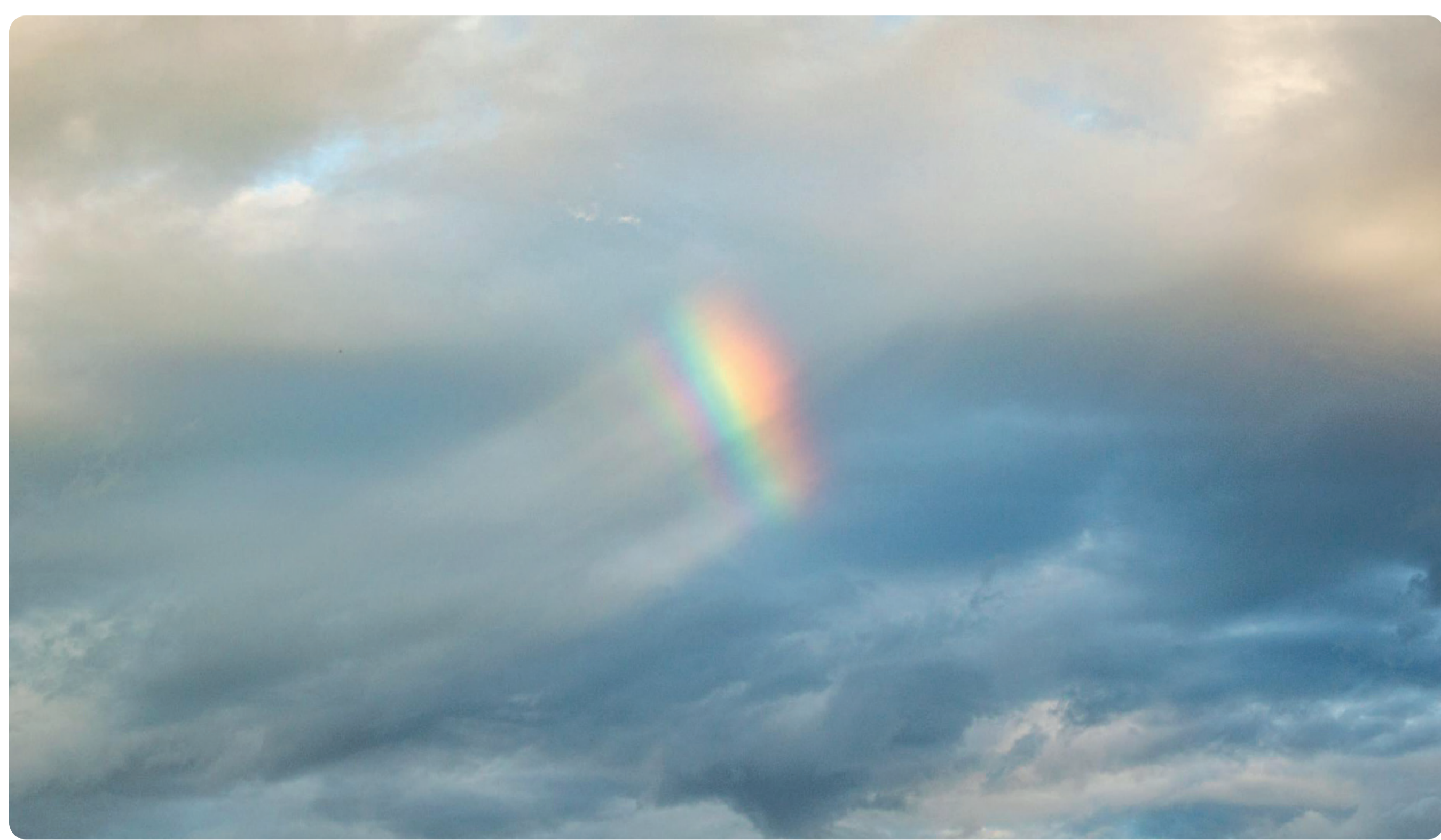
« Le Christ voilé » Giuseppe Sanmartino

« Montrez-vous bons et compatissants les uns pour les autres, vous pardonnant mutuellement, comme Dieu vous a pardonné dans le Christ. » (Ep 4,32)

« Celui-là est doux qui sait supporter le prochain et se supporter soi-même. » (PA 174)

Contempler l'attitude du Christ dans sa Passion pour y puiser la force de sa douceur.

## Samedi 28 mars : Mémoire de la grâce



« Qui nous séparera de l'amour du Christ ? »  
(Rm 8,35)

« Avoir une grande douleur pour tout moment perdu ou qui ne se passe pas à aimer Dieu. » (D 7)

Garder la mémoire des moments de grâce où j'ai reconnu la présence de Dieu dans ma vie.