

Méditations Carême Mars 2026

Dimanche 8 mars 2026	3ème dimanche de Carême Année A
Évangile de Jésus Christ selon saint Jean En ce temps-là, Jésus arriva à une ville de Samarie, appelée Sykar, près du terrain que Jacob avait donné à son fils Joseph. Là se trouvait le puits de Jacob. Jésus, fatigué par la route, s'était donc assis près de la source. C'était la sixième heure, environ midi. Arrive une femme de Samarie, qui venait puiser de l'eau. Jésus lui dit : « Donne-moi à boire. » – En effet, ses disciples étaient partis à la ville pour acheter des provisions. La Samaritaine lui dit : « Comment ! Toi, un Juif, tu me demandes à boire, à moi, une Samaritaine ? » – En effet, les Juifs ne fréquentent pas les Samaritains. Jésus lui répondit : « Si tu savais le don de Dieu et qui est celui qui te dit : 'Donne-moi à boire', c'est toi qui lui aurais demandé, et il t'aurait donné de l'eau vive. » Elle lui dit : « Seigneur, tu n'as rien pour puiser, et le puits est profond. D'où as-tu donc cette eau vive ? Serais-tu plus grand que notre père Jacob qui nous a donné ce puits, et qui en a bu lui-même, avec ses fils et ses bêtes ? » Jésus lui répondit : « Quiconque boit de cette eau aura de nouveau soif ; mais celui qui boira de l'eau que moi je lui donnerai n'aura plus jamais soif ; et l'eau que je lui donnerai deviendra en lui une source d'eau jaillissant pour la vie éternelle. » La femme lui dit :	« Seigneur, donne-moi de cette eau, que je n'aie plus soif, et que je n'aie plus à venir ici pour puiser. Je vois que tu es un prophète !... Eh bien ! Nos pères ont adoré sur la montagne qui est là, et vous, les Juifs, vous dites que le lieu où il faut adorer est à Jérusalem. » Jésus lui dit : « Femme, crois-moi : l'heure vient où vous n'irez plus ni sur cette montagne ni à Jérusalem pour adorer le Père. Vous, vous adorez ce que vous ne connaissez pas ; nous, nous adorons ce que nous connaissons, car le salut vient des Juifs. Mais l'heure vient – et c'est maintenant – où les vrais adorateurs adoreront le Père en esprit et vérité : tels sont les adorateurs que recherche le Père. Dieu est esprit, et ceux qui l'adorent, c'est en esprit et vérité qu'ils doivent l'adorer. » La femme lui dit : « Je sais qu'il vient, le Messie, celui qu'on appelle Christ. Quand il viendra, c'est lui qui nous fera connaître toutes choses. » Jésus lui dit : « Je le suis, moi qui te parle. » Beaucoup de Samaritains de cette ville crurent en Jésus. Lorsqu'ils arrivèrent auprès de lui, ils l'invitèrent à demeurer chez eux. Il y demeura deux jours. Ils furent encore beaucoup plus nombreux à croire à cause de sa parole à lui, et ils disaient à la femme : « Ce n'est plus à cause de ce que tu nous as dit que nous croyons : nous-mêmes, nous l'avons entendu, et nous savons que c'est vraiment lui le Sauveur du monde. »

Soif !

Jésus demande à boire à une femme de Samarie. La femme porte en elle ses propres soifs que Jésus va mettre au jour. Dans ce dialogue, Jésus passe doucement du besoin physique, la soif du corps, à la soif de l'âme. Je prends du temps pour nommer en moi-même mes soifs d'aujourd'hui, ce que je désire profondément. Que puis-je partager aux autres ?

Recevoir et donner ...

Jésus promet à celui qui reçoit son eau vive qu'il n'aura plus jamais soif et qu'il deviendra source jaillissante pour la vie éternelle. Est-ce que je crois que Jésus peut combler ma soif quand je me laisse approcher par lui ? Est-ce que je crois que je peux alors devenir source d'eau vive pour les autres ?

Différent de moi ...

Jésus, un Juif, rencontre et dialogue avec une Samaritaine au bord du puits. Menace ou chance ? Étonnement ou évidence ? « En buvant l'eau de quelqu'un d'autre », suis-je conscient que j'admets une autre manière de vivre, d'accepter l'autre dans sa différence de penser ou de croire ? Suis-je conscient que nous avons tous besoin les uns des autres ?

Dimanche 15 mars 2026	4ème dimanche de Carême Année A
Évangile de Jésus Christ selon saint Jean En ce temps-là, en sortant du Temple, Jésus vit sur son passage un homme aveugle de naissance. Il cracha à terre et, avec la salive, il fit de la boue ; puis il appliqua la boue sur les yeux de l'aveugle, et lui dit : « Va te laver à la piscine de Siloé » – ce nom se traduit : Envoyé. L'aveugle y alla donc, et il se lava ; quand il revint, il voyait. Ses voisins, et ceux qui l'avaient observé auparavant – car il était mendiant – dirent alors : « N'est-ce pas celui qui se tenait là pour mendier ? » Les uns disaient : « C'est lui. » Les autres disaient : « Pas du tout, c'est quelqu'un qui lui ressemble. » Mais lui disait : « C'est bien moi. » On l'amène aux pharisiens, lui, l'ancien aveugle. Or, c'était un jour de sabbat que Jésus avait fait de la boue et lui avait ouvert les yeux. À leur tour, les pharisiens lui demandaient comment il pouvait voir. Il leur répondit : « Il m'a mis de la boue sur les yeux, je me suis lavé, et je vois. »	Parmi les pharisiens, certains disaient : « Cet homme-là n'est pas de Dieu, puisqu'il n'observe pas le repos du sabbat. » D'autres disaient : « Comment un homme pécheur peut-il accomplir des signes pareils ? » Ainsi donc ils étaient divisés. Alors ils s'adressent de nouveau à l'aveugle : « Et toi, que dis-tu de lui, puisqu'il t'a ouvert les yeux ? » Il dit : « C'est un prophète. » Ils répliquèrent : « Tu es tout entier dans le péché depuis ta naissance, et tu nous fais la leçon ? » Et ils le jetèrent dehors. Jésus apprit qu'ils l'avaient jeté dehors. Il le retrouva et lui dit : « Crois-tu au Fils de l'homme ? » Il répondit : « Et qui est-il, Seigneur, pour que je croie en lui ? » Jésus lui dit : « Tu le vois, et c'est lui qui te parle. » Il dit : « Je crois, Seigneur ! » Et il se prosterna devant lui.

Jésus et l'aveugle

Et Jésus commence par lui en mettre « *plein la vue* » : un mélange de salive et de boue sur les yeux. Et la parole, la seule, l'unique, celle qui sauve : « *Va te laver...* », décrasse-toi de ce qui t'empêche de voir, de cette gangue qui les englué. Un geste sacramental qui fait mourir à l'homme ancien pour le faire naître en homme nouveau. La boue renvoie à la création, Dieu ne cesse de créer, de transformer l'homme.
« **Va !** » Jésus l'ouvre à un avenir, à un recommencement.

MB 20

Se prosterner

Jésus se baisse vers la terre pour faire de la boue. L'aveugle se baisse pour se prosterner devant Jésus...
Il joint le geste à la parole pour reconnaître le Fils de l'homme. En ce dimanche de carême, oserai-je faire le même geste que l'aveugle : me prosterner, reconnaître ainsi tout à la fois mon indignité et la présence de celui qui sauve ? Oserai-je reconnaître modestement que je suis aveugle, que j'ai besoin de la lumière non seulement seul face au Seigneur mais même devant mes frères ? Alors, peut-être, nous pourrions devenir, devant toi Seigneur, une communauté de mendiants, nous pourrions avoir l'humilité et la simplicité nécessaires pour accueillir ensemble ton jour.

VD 23

« Tu le vois, c'est lui qui te parle »

Avant de dire « Je crois, Seigneur ! », l'aveugle a traversé bien des épreuves. Le seigneur ne le ménage pas non plus avec des demandes sûrement pas faciles : aller se laver à la piscine alors qu'il ne voit rien ! Mais il le fait. Sa joie de voir est malheureusement de courte durée ; les difficultés continuent : il se retrouve au milieu de pharisiens qui le questionnent, il est rejeté.
N'en est-il pas ainsi de notre vie et de notre relation au Seigneur ? Moments de joie et d'enthousiasme, moments de doutes, de fatigue et d'incompréhension ? Moments de lumière, moments de ténèbres. C'est la vie ! Mais le Seigneur, lui, est toujours là, présent, sans jamais désespérer de nous.

VD 20

Dimanche 22 mars 2026	5ème dimanche de Carême Année A
Évangile de Jésus Christ selon saint Jean 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 viens 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.

« Lazare, sors dehors »

J'entends résonner à mon oreille ce cri de Jésus. Que veux dire pour moi aujourd'hui: sortir de notre tombeau ? Quels sont les tombeaux dans lesquels je me suis enfermé ? Suis-je prêt à être comme Lazare, à qui Jésus rend la vie, à venir au dehors ?

Quel murmure, quelle parole, quel geste, quel événement va permettre de fissurer cette gangue de lave qui pétrifie mon cœur ? Alors ce roc ébranlé, va-t-il devenir une pierre vivante de l'Eglise ?

Le Carême, un temps pour prier, ne l'oublions pas. Nous pouvons prier avec ferveur ce Père tendre, ce Fils aimant et sensible et cet Esprit d'amour, d'audace et de force, pour qu'ils nous réveillent de nos petites morts de tous les jours : de nos découragements, de nos préjugés, de nos peurs, nos replis sur nous-mêmes pour aider et servir le monde d'aujourd'hui.

DB 26

« Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra ».

Il y a donc bien une vie qui n'a pas peur de la mort, et qui traverse la mort. C'est Jésus lui-même qui affirme qu'il est Celui qui est cette vie.

Durant cette dernière semaine de Carême, où en suis-je dans ma vie de foi ? S'est-elle affermie ou suis-je encore dans le doute et les interrogations ? S'est-elle approfondie et est-elle devenue plus vivante ? SDE

Dimanche 29 mars 2026	6ème dimanche de Carême Année A Rameaux
Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu Jésus et ses disciples, approchant de Jérusalem, arrivèrent en vue de Bethphagé, sur les pentes du mont des Oliviers. Alors Jésus envoya deux disciples en leur disant : « Allez au village qui est en face de vous ; vous trouverez aussitôt une ânesse attachée et son petit avec elle. Détachez-les et amenez-les moi. Et si l'on vous dit quelque chose, vous répondrez : 'Le Seigneur en a besoin'. Et aussitôt on les laissera partir. » Cela est arrivé pour que soit accomplie la parole prononcée par le prophète : Dites à la fille de Sion : Voici ton roi qui vient vers toi, plein de douceur, monté sur une ânesse et un petit âne, le petit d'une bête de somme.	Les disciples partirent et firent ce que Jésus leur avait ordonné. Ils amenèrent l'ânesse et son petit, disposèrent sur eux leurs manteaux, et Jésus s'assit dessus. Dans la foule, la plupart étendirent leurs manteaux sur le chemin ; d'autres coupaient des branches aux arbres et en jonchaient la route. Les foules qui marchaient devant Jésus et celles qui suivaient criaient : « Hosanna au fils de David ! Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur ! Hosanna au plus haut des cieux ! » Comme Jésus entra à Jérusalem, toute la ville fut en proie à l'agitation, et disait : « Qui est cet homme ? » Et les foules répondaient : « C'est le prophète Jésus, de Nazareth en Galilée. »

D'après la méditation du Père Théotime Nzanza. Récollecion d'entrée en Carême des prêtres et diacres. 26
L'âne, le prêtre, le diacre (et tous les baptisés) porteurs du Christ

« Détachez-le et amenez-le » Marc 11, 2

En ce jour des Rameaux, il nous est donné un méditer cette parole de Jésus. Le Seigneur adresse cette injonction à ses disciples, leur confiant de libérer l'ânon et de le conduire auprès de Lui pour son entrée à Jérusalem. Cette invitation, simple en apparence, résonne dans notre vocation de prêtres, diacres *et la mission de tous baptisés* : sommes-nous prêts à être détachés de nos entraves pour marcher avec le Christ ? Sommes-nous aussi disponibles pour aider ceux qui veulent s'approcher de Lui ?

« Être détaché »

Le Carême est un temps de dépouillement, un appel à laisser derrière nous tout ce qui nous retient loin de Dieu. Les liens qui nous entravent peuvent être d'ordre matériel, relationnel ou spirituel : les habitudes, les peurs, les sécurités, ou encore le poids du quotidien. Comme l'ânon, chacun est appelé à être détaché pour se mettre en mouvement. Demandons au Seigneur de nous révéler ces liens, et de nous donner la liberté intérieure nécessaire pour Le suivre de plus près.

« Être amené à Jésus »

Être détaché ne suffit pas : il faut aussi accepter d'être amené à Jésus. Le chemin vers Lui implique souvent une médiation : les disciples jouent ce rôle, tout comme nous sommes appelés à le jouer pour autrui. Prêtres, diacres *et baptisés* : notre ministère, notre mission, consiste à conduire les âmes vers le Christ, en les aidant à franchir les obstacles, en les accompagnant avec douceur et patience. Mais nous-mêmes, acceptons-nous de nous laisser guider et conduire, parfois là où nous n'avions pas pensé aller ?

« Entrer avec Jésus »

L'ânon, une fois détaché et amené, entre dans Jérusalem avec Jésus, au cœur du mystère pascal. Nous sommes invités à entrer avec Lui dans ce temps de conversion, à faire de notre vie une offrande, à marcher dans l'humilité et la confiance. Le Carême, et cette semaine du Triduum Pascal, nous préparent à la rencontre décisive : celle du Christ souffrant et ressuscité, celle de l'amour offert au monde. Sommes-nous prêts à entrer, aujourd'hui, dans ce mystère de la passion, de la mort et de la résurrection ?

Pour prier en silence

Devant le Seigneur, relisons la parole : « Détachez-le et amenez-le » Qu'est-ce qui entrave aujourd'hui ma liberté intérieure ? A qui ou à quoi dois-je consentir à être détaché ? Prions pour recevoir la grâce d'être amené, puis d'amener à notre tour tous nos frères, jusqu'à Jésus. Offrons ces temps vécus comme une marche vers la lumière pascalle, en confiance et dans l'abandon.