

Méditations du Carême 2026

Vendredi Saint — Le silence de la Croix

3 avril 2026

« Père, entre tes mains je remets mon esprit. » (Luc 23, 46)

Aujourd'hui, l'Église se tait.

Il n'y a pas de messe.
Il n'y a pas de chant de gloire.
Il n'y a que la Croix.

Le silence du Christ n'est pas une absence.
C'est un don total.

Dans ce silence, il porte nos fautes,
nos refus,
nos blessures cachées.

Regarde la Croix sans détourner les yeux.
Ce n'est pas la défaite de Dieu.
C'est la victoire de l'Amour.

Question de méditation :

Face à la Croix, qu'est-ce que le Seigneur m'invite aujourd'hui à lui remettre ?

Acte concret :

Prendre 10 minutes de silence devant un crucifix ou une image du Christ en croix.

Samedi Saint — L'espérance dans le silence

4 avril 2026

« Si le grain de blé meurt, il porte beaucoup de fruit. » (Jean 12, 24)

Aujourd'hui, tout semble arrêté.

Le Christ est au tombeau.
Les promesses paraissent brisées.

Le Samedi Saint est le jour de la foi nue.
Rien ne se voit.
Mais Dieu prépare la Résurrection.

Dans nos vies aussi, il existe des "Samedis Saints".
Ne fuis pas ce silence.
Il est peut-être le seuil d'un miracle.

Question de méditation :

Dans quelle situation ai-je besoin de faire confiance à Dieu malgré l'obscurité ?

Acte concret :

Offrir à Dieu une inquiétude précise et poser un acte concret de confiance.

Dimanche de Pâques — Il est vraiment ressuscité

5 avril 2026

« Pourquoi cherchez-vous le Vivant parmi les morts ? » (Luc 24, 5)

La pierre est roulée.
Le tombeau est vide.
La mort est vaincue.

La Résurrection est une puissance vivante.
Aucune nuit n'est éternelle.
Aucune pierre n'est trop lourde pour Dieu.

Le Christ vivant marche devant toi.

Question de méditation :

Qu'est-ce que la Résurrection change concrètement dans ma vie aujourd'hui ?

Acte concret :

Poser un geste de joie chrétienne : appeler quelqu'un, pardonner, remercier ou témoigner.