

**Le Christ est ressuscité !**

**Oui, Il est vraiment ressuscité !**



En ce jeudi-désert, souhaitons-nous un « bon-jour » avec cette salutation si joyeuse des Orthodoxes :  
« Le Christ est ressuscité »

Et partageons tous ensemble et avec chacun cette réponse :

« Oui, il est vraiment ressuscité »

Aujourd'hui comme les disciples d'Emmaüs de retour à Jérusalem, nous sommes en chemin pour annoncer cette bonne nouvelle : « La Vie a vaincu la mort ! »

Jésus le Christ a donné sa vie pour nous sauver, il nous appelle à la Vie, à une vie nouvelle.

Nous sommes à nouveau dans des conditions de vie que nous n'avons pas choisies...mais nous pouvons choisir de ne pas les subir :

Le pape François, dans son dernier livre : « *Un temps pour changer* » nous invite « à réorganiser notre façon de vivre ensemble afin de mieux choisir ce qui compte. Nous pouvons apprendre ce qui nous fait avancer vers ce but et ce qui nous fait reculer. Nous pouvons choisir ! »

En ce jour, avec tout ce que je porte dans mon cœur, je me tourne vers le Seigneur, il m'accompagne sur mon chemin, Il marche à mon rythme, Il m'écoute.

Je peux demander pour cette journée d'ouvrir mon cœur à Sa présence pour qu'il éclaire ce qui me fait avancer sur le chemin de la Vie..

Pour entrer dans la prière nous vous proposons de prendre un court temps de silence puis d'écouter un chant et se laisser porter par la musique et les paroles :

« Marche avec nous, Jésus ressuscité, partage nos chemins, nos doutes, nos blessures, reste avec nous, béni sois-tu ! »

[Pour écouter ce chant cliquez ici](#)

**Marche avec nous, Jésus ressuscité**, partage nos chemins, nos doutes, nos blessures.  
À l'heure où nos espoirs ne sont que vanité, que ta voix nous rassure.

Il n'est pas d'autre signe de vie que de donner l'amour,  
Nous l'avons reconnu à la tombée du jour, alors qu'en nous se lève l'étoile du matin.

Explique-nous, Jésus ressuscité, ce que l'intelligence ne peut pas savoir.  
Au feu des prophéties nos âmes vont brûler, et commencer à croire.

Reste avec nous, Jésus ressuscité, nos faims ont épuisé nos terres intérieures.  
Mais ton action de grâce et ton pain partagé renouvellent nos heures.

Béni sois-tu, Jésus ressuscité, aucun soir ne pourra ravir en nous la joie.  
Et le cœur de l'Église est un ardent brasier dont la flamme témoigne.

**Prendre le temps de lire les paroles de ce chant**, de se laisser toucher par un mot, par une phrase qui résonne particulièrement aujourd'hui pour moi et que j'ai envie de garder dans mon cœur pour la journée.

**Prendre le temps peut-être d'aller marcher** comme les disciples d'Emmaüs, avec Celui qui se fait tout proche, qui partage nos chemins et dont la parole réchauffe nos cœurs.



Dans l'esprit de cette journée marquée par le thème du changement, proposée par notre pape François, **nous vous proposons d'entrer dans l'évangile de ce jour.**

Je peux commencer ma prière par un moment de respiration : laisser entrer en moi la vie en inspirant et laisser sortir toutes mes pensées négatives ou mes soucis en expirant

Prendre ce temps tranquillement pour me disposer à accueillir la Parole.

Je peux me mettre près de Dieu qui est là déjà et m'attends. Être sûr de sa présence même si je ne le sens pas. Rester dans cette présence d'amour et croire qu'aujourd'hui, il a quelque chose à me dire.

Je peux invoquer l'Esprit Saint qui m'habite et qui prie en moi et Le remercier de m'éclairer

« Esprit de Jésus ressuscité, Tu es là et Tu agis, Merci d'ouvrir mon cœur »

### **Lire l'Évangile de Jésus-Christ selon Saint Luc (24,35-48) :**

En ce temps-là, les disciples qui rentraient d'Emmaüs racontaient aux onze Apôtres et à leurs compagnons ce qui s'était passé sur la route, et comment le Seigneur s'était fait reconnaître par eux à la fraction du pain.

Comme ils en parlaient encore, lui-même fut présent au milieu d'eux, et leur dit :

« La paix soit avec vous ! » saisis de frayeur et de crainte, ils croyaient voir un esprit. Jésus leur dit :

« Pourquoi êtes-vous bouleversés ? Et pourquoi ces pensées qui surgissent dans votre cœur ?

voyez mes mains et mes pieds : c'est bien moi ! Touchez-moi, regardez : un esprit n'a pas de chair ni d'os comme vous constatez que j'en ai. »

Après cette parole, il leur montra ses mains et ses pieds. Dans leur joie, ils n'osaient pas encore y croire, et restaient saisis d'étonnement.

Jésus leur dit : « Avez-vous ici quelque chose à manger ? » Ils lui présentèrent une part de poisson grillé qu'il prit et mangea devant eux. Puis il leur déclara : « Voici les paroles que je vous ai dites quand j'étais encore avec vous : "Il faut que s'accomplisse tout ce qui a été écrit à mon sujet dans la loi de Moïse, les Prophètes et les Psaumes." »

Alors il ouvrit leur intelligence à la compréhension des Écritures. Il leur dit : « Ainsi est-il écrit que le Christ souffrirait, qu'il ressusciterait d'entre les morts le troisième jour, et que la conversion serait proclamée en son nom, pour le pardon des péchés, à toutes les nations, en commençant par Jérusalem.

À vous d'en être les témoins. »

M'imaginer ces disciples passés de la tristesse la plus profonde à la joie : Ils racontaient aux onze ce qui s'était passé sur la route et comment le Seigneur s'était fait « reconnaître ».

Je peux rester sur cette reconnaissance de Jésus par les disciples.

Jésus qui se tient au milieu d'eux tout d'un coup « Lui-même fut présent au milieu d'eux »

Regardez Jésus qui vient avec son corps de Ressuscité et malgré sa parole de paix, « les disciples sont remplis de frayeur et de crainte »

Je me laisse toucher par ce qui agite intérieurement les disciples. il m'est peut être arrivé de me dire que ma foi est illusion ....

Ai-je vécu des moments où j'ai été bouleversé ? déstabilisé ? J'en parle au Seigneur

« Voyez mes mains et mes pieds, c'est bien moi ; touchez moi, regardez »

Je peux me laisser habiter par cette présence si humaine de Jésus, l'entendre dire aussi : « Avez-vous quelque chose à manger » .....

Je me rappelle des moments où la vie s'est manifestée dans mes yeux, mes oreilles, mon regard, mes mains. Je rends grâce pour ces moments. Je peux demander au Seigneur d'ouvrir mes sens ou de les guérir.

« Il leur ouvrit leur intelligence à la compréhension des Écritures »

J'entends cette parole de Jésus qui vient lui-même éclairer les disciples. Demander cette grâce que mon esprit soit touché, éclairé, guidé.

« A vous d'en être témoin »

Je peux entendre cette invitation à être témoin de cette réalité qui me dépasse. Comment cela m'interpelle-t-il ?

Avant de finir, parler de ma vie avec le Seigneur, de mes difficultés à croire, de là où j'en suis de mon espérance.

**Pour aller plus loin**, je peux m'exercer dans les jours qui viennent à LE reconnaître, dans l'éclosion du printemps, le chant d'un oiseau, une parole qui me touche, un regard qui apaise, un enfant qui saute dans le soleil, un téléphone qui me fait toucher du doigt la proximité... un geste fraternel... un chant qui m'habite.



**Pour nourrir ce temps de l'octave de Pâques**, nous vous proposons quelques extraits du livre "un temps pour changer". Ils vous donneront peut-être envie de découvrir comme nous ce livre du pape François avec cette belle invitation : "viens, parlons, osons rêver".

**Laissons-nous toucher par la force de sa parole.** Nous gardons peut-être encore en mémoire sa méditation, seul, place St Pierre en mars 2020, lors de la première vague de la Covid. Retransmis dans le monde entier le pape a repris alors les paroles de Jésus adressées à ses disciples :

"Pourquoi êtes-vous si craintifs ? N'avez-vous pas encore la foi ?"

Il nous disait alors : "le début de la foi, c'est de savoir qu'on a besoin de salut".

Dès le prologue, les propos sont réalistes et portent à la méditation. Le pape François se fait proche de notre cœur, jusqu'à nous tutoyer.

“ Nous vivons une période de tribulations. La Bible parle de “passer par le feu” pour décrire de tels moments, comme un four qui met l’ouvrage du potier à l’épreuve(...) Les temps ordinaires sont comme les situations sociales formelles : tu n’as jamais à te révéler véritablement. Tu souris, tu dis ce qu’il faut dire, et tu t’en sors indemne, sans jamais avoir à montrer qui tu es vraiment. Mais quand tu es mis à l’épreuve, c’est le contraire. Tu dois choisir. Et en faisant ton choix, tu révèles ton cœur.

Pense à ce qui se passe dans l’Histoire. Quand les gens ont le cœur à l’épreuve, ils prennent conscience de ce qui leur a permis de tenir. Ils ressentent aussi la présence du Seigneur, qui est fidèle et répond au cri de Son peuple. La rencontre qui s’ensuit permet l’ouverture d’un nouvel avenir.

Au début du Prologue le pape ose écrire “je crois que les temps que nous vivons sont décisifs”.

“ Le coronavirus a accéléré un changement d’ère qui était déjà en cours. Par changement d’ère, je veux dire non seulement que nous sommes en période de mutation, mais aussi que les schémas de pensée et les a priori que nous utilisions auparavant pour naviguer dans notre monde ne sont plus efficaces. Des choses que nous n’aurions jamais imaginées se produisent- l’effondrement de l’environnement, une pandémie mondiale, le retour des populismes- nous les vivons maintenant, et ce que nous considérions autrefois comme normal le sera de moins en moins. c’est une illusion de penser que nous pouvons revenir là où nous étions. Les tentatives de retour à l’identique nous ramènent toujours à une voie sans issue.

Face à cette incertitude, l’idéologisme et la mentalité rigide poursuivent une course à laquelle nous devons résister. Les fondamentalismes proposent de mettre les gens à l’abri de situations déstabilisantes en échange d’une sorte de quiétisme existentiel. Ils t’offrent une approche et un mode de pensée unique et fermé comme substitut au type de pensée qui ouvre à la vérité. Quiconque se réfugie dans le fondamentalisme a peur de s’engager sur le chemin de la vérité. Il “possède” déjà la vérité et la déploie comme une défense, de sorte que toute remise en question de celle-ci est interprétée comme une agression contre sa personne.

Le discernement, en revanche, nous permet de naviguer dans des contextes changeants et des situations spécifiques en cherchant la vérité. La vérité se révèle à celui qui s’y ouvre.(...) Certains prétendent que Dieu a parlé une fois pour toutes- presque toujours exclusivement de la manière et sous la forme que ceux-là connaissent déjà bien. Ils entendent le mot “ discernement “ et craignent que ce soit un moyen fantaisiste d’ignorer les règles, ou une ruse moderne et astucieuse pour dévaluer la vérité, alors que c’est tout le contraire. Le discernement est au moins aussi ancien que l’Église. Il découle de la promesse que Jésus a faite à ses disciples qu’après son départ, l’Esprit “ vous conduira dans la vérité”(Jean16,13). Il n’y a pas de contradiction entre être solidement enraciné dans la vérité et en même temps être ouvert à une compréhension plus large. L’Esprit continue à nous guider, à chaque époque, en traduisant la Bonne Nouvelle dans différents contextes, afin que les paroles de Jésus continuent à résonner dans les cœurs et chez les hommes et les femmes.”

Pape François, “UN TEMPS POUR CHANGER, viens, parlons, osons rêver...”

Editions Flammarion, Coll Essai, décembre 2020

Extraits : Prologue et pages 84-88

Centre spirituel de Penboc'h 20, chemin de Penboc'h 56610 ARRADON

**02 97 44 00 19** du lundi au samedi de 9h00 à 12h30 et de 14h30 à 18h00. [accueil@penboch.fr](mailto:accueil@penboch.fr)

Association loi 1901 non assujettie à TVA. N° Siret : 777 792 243 00019.

[www.penboch.fr](http://www.penboch.fr)