

Méditation-Prière-Dimanche 08.03.2026

3^e dimanche de Carême

Première Lecture :  [Exode 17 3-7](#)
Psaume :  [Psaume 95 1-2, 6-9](#)
Deuxième Lecture :  [Romains 5 1-2, 5-8](#)
Évangile :  [Jean 4 5-42](#)



J'ai Soif...
Donne-moi à boire...

Lecture du livre de l'Exode Ex 17, 3-7

En ces jours-là,

dans le désert, le peuple, manquant d'eau, souffrit de la soif.

Il récrimina contre Moïse et dit :

« Pourquoi nous as-tu fait monter d'Égypte ?

Était-ce pour nous faire mourir de soif avec nos fils et nos troupeaux ? »

Moïse cria vers le Seigneur :

« Que vais-je faire de ce peuple ?

Encore un peu, et ils me lapideront ! »

Le Seigneur dit à Moïse :

« Passe devant le peuple,

emmène avec toi plusieurs des anciens d'Israël,

prends en main le bâton avec lequel tu as frappé le Nil,

et va !

Moi, je serai là, devant toi,

sur le rocher du mont Horeb.

Tu frapperas le rocher,

il en sortira de l'eau,

et le peuple boira ! »

Et Moïse fit ainsi sous les yeux des anciens d'Israël.

Il donna à ce lieu le nom de Massa (c'est-à-dire : Épreuve)

et Mériba (c'est-à-dire : Querelle),

parce que les fils d'Israël avaient cherché querelle au Seigneur,

et parce qu'ils l'avaient mis à l'épreuve, en disant :

« Le Seigneur est-il au milieu de nous,

oui ou non ? »

Le peuple de Dieu était dans le désert et c'est là qu'ils ont soif.

Soif de quoi ? de qui ?

Cette soif les fait **désirer** de l'eau pour survivre et sous leur menace Moïse crie vers Dieu. Les déserts par lesquels nous passons dans notre vie peuvent nous inciter à nous révolter, à récriminer contre Dieu mais peuvent aussi éveiller en nous le **DÉSIR** d'étancher notre vraie soif. **Qui** cherchons-nous ? **Que** cherchons-nous.

Osons-nous croire cette Parole de Dieu à Moïse, Parole d'alliance ?

**Moi, je serai là, devant toi,
sur le rocher du mont Horeb**

En ces temps troublés à nous aussi il peut arriver comme au peuple d'Israël de douter de la présence de Dieu. Et de Lui dire **où est Tu ? Qui es-tu ?**

Souvent nous le cherchons en dehors de nous et nous oublions qu'il nous a déjà précédé et qu'il est **en nous**.

Oui aujourd'hui ne fermons pas notre cœur mais buvons goulument à la source de l'Amour pour abreuver notre soif et féconder la terre de notre vie..

Ps 94 (95), 1-2, 6-7ab, 7d-8a.9

**R/ Aujourd'hui, ne fermez pas votre cœur,
mais écoutez la voix du Seigneur ! (cf. Ps 94, 8a.7d)**

Venez, **crions de joie** pour le Seigneur,
acclamons notre Rocher, notre salut !
Allons jusqu'à lui en rendant grâce,
par nos hymnes de fête acclamons-le !

Entrez, inclinez-vous, prosternez-vous,
adorons **le Seigneur qui nous a faits**.
Oui, il est notre Dieu ;
nous sommes le peuple qu'il conduit.

Aujourd'hui écouterez-vous sa parole ?
« **Ne fermez pas votre cœur** comme au désert,
où vos pères m'ont tenté et provoqué,
et pourtant ils avaient vu mon exploit. »

Acclamons notre rocher, notre abri notre UNIQUE, celui que notre cœur aime, car Lui il nous a fait, il nous a désiré et continue de nous créer dans son amour.

Ne fermons pas notre cœur mais entendons les Paroles de sa contemplation pour chaque humain sans exception :

Que tu es belle...

Que tu es beau !

(Ct des Cts)

Lecture de la lettre de saint Paul Apôtre aux Romains Rm 5, 1-2.5-8

Frères,

nous qui sommes devenus justes par la foi,
nous voici en paix avec Dieu
par notre Seigneur Jésus Christ,
lui qui nous a donné, par la foi,
l'accès à cette grâce
dans laquelle **nous sommes établis** ;
et nous mettons notre fierté
dans l'espérance d'avoir part à la gloire de Dieu.

Et l'espérance ne déçoit pas,
puisque **l'amour de Dieu a été répandu dans nos cœurs
par l'Esprit Saint qui nous a été donné.**

Alors que nous n'étions encore capables de rien,
le Christ, au temps fixé par Dieu,
est mort pour les impies que nous étions.

Accepter de mourir pour un homme juste,
c'est déjà difficile ;
peut-être quelqu'un s'exposerait-il à mourir pour un homme de bien.

Or, **la preuve que Dieu nous aime,
c'est que le Christ est mort pour nous,**
alors que nous étions encore pécheurs.

Par la foi en Christ ressuscité, nous sommes ajustés à Dieu qui ne cesse de nous
chercher, de nous contempler pour qu'à notre tour, aimés les premiers nous le
contemplions et le louions.

Évangile de Jésus Christ selon saint Jean Jn 4, 5-15.19b-26.39a.40-42

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. »

Le puit de Jacob était le lieu de RV des amoureux. Jésus fatigué, s'y assied à l'heure de midi. Une femme de Samarie, sans nom et appartenant à un peuple ennemi, s'approche pour venir puiser l'eau et **Jésus lui demande de l'eau.**

La conversation avec la samaritaine est une pleine confusion. Ils emploient les mêmes mots, parlent de l'eau mais ce n'est pas la même eau. O combien cela nous arrive d'avoir des conversations de ce style.

La femme est très intéressée par son quotidien pratique et le fait de ne plus devoir venir au puit.

Seigneur donne-moi de cette eau vive.

Est-ce qu'il y a en nous aussi ce désir de devenir une source ? Et si oui, laquelle ?

Non seulement Jésus promet de DONNER de l'eau mais de l'eau **VIVE** et en plus que cette eau deviendra **SOURCE**. La Samaritaine est perplexe et nous ? **Osons-nous y croire ?**

Est-ce que je peux accepter de ne pas tout comprendre, ne pas tout contrôler de la profondeur de la Vie ?

Est-ce que je peux m'incliner devant Dieu qui me dépasse ?

Jésus ne fait pas la morale à la femme mais lui fait comprendre que le Dieu avec lequel Il est en relation est un Dieu pour **tous** et qu'on peut l'adorer toujours et partout. Il ne lui dit pas de changer de religion.

Et puis Jésus s'identifie au Messie. Et il prend les attributs réservés à Dieu : **Je suis.**

Puissions-nous vraiment devenir de plus en plus celui et celle que nous sommes. Jésus nous demande aussi à boire comme sur la croix. Et Il nous demande VEUX-TU que mon Amour coule en toi et y devienne source de Vie pour TOUS. Veux-tu ?

Sommes-nous, comme la Samaritaine, disposés à le reconnaître et à en témoigner très simplement dans notre quotidien en partageant le pain de l'amour et l'eau de la Source qui coule en nous ? Pour devenir comme en Ct 4,12 et 4,15

Un jardin et une source
Une source, qui féconde les jardins,
Puits d'eau vive,
Ruisseau dévalant du Liban

Ct des Cts 4,12 et 4,15

Qu'est-ce que nous mettons en place pendant cette marche vers Pâques pour creuser notre soif et accueillir l'eau vive de sa Parole qui fait de nous des **vivants** qui font vivre ?

Laissons couler sa Vie en nous. Veux-tu ? **Is. 55,10-11**

10 La pluie et la neige qui descendent des cieux n'y retournent pas sans avoir abreuvé la terre, sans l'avoir fécondée et l'avoir fait germer, donnant la semence au semeur et le pain à celui qui doit manger ;

11 ainsi **ma parole**, qui sort de ma bouche, ne me reviendra pas sans résultat, sans avoir fait ce qui me plaît, sans avoir accompli sa mission

Dora Lapière.