



**Carême dans la ville**  
S'arrêter, grandir dans la foi

## Point de côté



Celui qui veut marcher à ma suite, qu'il renonce  
à lui-même, qu'il prenne sa croix et qu'il me  
suive.

Évangile selon saint Luc 9, 23-24



Quelle désagréable sensation, ce point comme une flèche dans le côté alors que l'on est en pleine course, à bon rythme. Quand il surgit, il est important de savoir y remédier. Il serait bien naturel alors de ralentir, voire de s'arrêter pour reprendre souffle et chasser cette douleur.

Pourtant, si je veux poursuivre la route, atteindre l'objectif fixé, je dois accélérer le rythme, accepter pour un moment cette douleur, ne pas craindre même qu'elle s'intensifie. Mais faut-il encore avoir confiance dans ce mouvement étonnant ! Surprenant, oui, prendre sa croix, quelle invitation déroutante ! J'entre pour un instant dans cette douleur, je la prends à « bras le souffle » et je force ainsi une arrivée massive d'oxygène par une respiration accélérée. Le nœud cède, le passage s'ouvre, la douleur est transformée, et je poursuis ma course dans un nouveau souffle.

Embrasser la croix, ce n'est pas rechercher le plaisir de souffrir, c'est accepter d'assumer la douleur. La souffrance accueillie, traversée, offerte dans cet élan de confiance, libère en moi un souffle nouveau. Alors je respire à pleins poumons en celui qui est don, en celui qui nous envoie son souffle, son Esprit Saint.

Traduction liturgique de la Bible : ©AELF - Paris - Tous droits réservés.

[Cliquez ici pour vous désabonner de Carême dans la ville](#)