

## Initiation à la méditation biblique de Claudia Mennen

La parole biblique de la liturgie de la Journée mondiale de prière du Nigéria est étonnamment courte et très connue. Les trois versets de l'Évangile selon Matthieu sont inscrits sur les murs de nombreuses églises et sont souvent cités. Selon la traduction, on y trouve des mots courants, familiers ou rares, voir imagés.

La brièveté de la parole biblique m'invite à en explorer toute la richesse de sens à travers diverses traductions. Cela me permet de percevoir des nuances auparavant cachées et de ressentir plus clairement ce qui m'interpelle, me touche et m'émeut personnellement, ainsi que ce qui me reste étranger. Peut-être y découvrirai-je aussi une piste cohérente pour moi, de la citation biblique au titre de la liturgie en français utilisée aujourd'hui.

### Parole biblique Matthieu 11,28-30

«<sup>28</sup> Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi je vous donnerai le repos. <sup>29</sup> Prenez sur vous mon joug et mettez-vous à mon école, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos de vos âmes. <sup>30</sup> Oui, mon joug est facile à porter et mon fardeau léger. »

La Traduction Oecuménique de la Bible

«<sup>28</sup> Venez auprès de moi, vous tous qui portez des charges très lourdes et qui êtes fatigués, et moi je vous donnerai le repos. <sup>29</sup> Je ne cherche pas à vous dominer. Prenez donc, vous aussi, la charge que je vous propose, et devenez mes disciples. Ainsi, vous trouverez le repos pour vous-mêmes. <sup>30</sup> Oui, la charge que je mettrai sur vous et facile à porter, ce que je vous donne à porter est léger. »

La Bible Parole de Vie

«<sup>28</sup> Venez à moi, vous tous qui peinez sous la charge; moi, je vous donnerai le repos. <sup>29</sup> Prenez sur vous mon joug et laissez-vous instruire par moi, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos. <sup>30</sup> Car mon joug est bon, et ma charge légère. »

La Nouvelle Bible Segond

«<sup>28</sup> Venez à moi vous tous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et je vous donnerai le repos. <sup>29</sup> Prenez sur vous mon joug et laissez-moi vous instruire, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour tout votre être. <sup>30</sup> Le joug que je vous invite à prendre est bienfaisant et le fardeau que je vous propose est léger. »

La Bible Nouvelle Français courant

### Parole biblique en mouvement

Pour la Journée mondiale de prière 2026, Claudia Mennen a élaboré une réflexion biblique et des informations de fond sur cette parole. Vous trouverez le déroulement et les documents correspondants dans la rubrique Téléchargement de notre site wgt.ch. Claudia Mennen, théologienne catholique et cofondatrice de l'école de bibliodrame et de pastorale de Wislikofen, a préparé pour nous une « Parole biblique en mouvement ». La responsable du groupe invite les participantes à entrer dans l'univers du texte biblique et à adopter différents rôles. En explorant ensemble l'espace et le texte, les participantes répondent à des questions qui les aident à s'immerger plus profondément dans l'événement biblique. L'histoire biblique et l'expérience personnelle se rejoignent pour créer une expérience intime, qui peut également devenir une expérience de vie et de foi partagée au sein du groupe.

Béatrice Battaglia

### Naissance dans un environnement judéo-chrétien

L'évangile selon Matthieu a été rédigé dans un contexte de conflits et de bouleversements au sein de la communauté judéo-chrétienne. En 70 après Jésus-Christ, la destruction du temple de Jérusalem a suscité des questions profondes parmi les gens : est-ce la fin du monde ? Le Messie est-il déjà là ? Ils cherchaient à comprendre la signification de la loi dans leur vie quotidienne et leur relation avec Dieu (voir les tensions en Mt 5,17 et Mt 20,23 et suivants).

Les Juifs qui vénèrent Jésus comme le Messie crucifié et ressuscité ont dû fuir vers la périphérie, en Galilée ou en Syrie, car leur conviction religieuse entraîne de graves conflits avec leurs coreligionnaires. Les Juifs qui prêchent un Messie crucifié sont fouettés et expulsés de la synagogue par les autres Juifs.

C'est à ce moment que le pharisaïsme émerge, cherchant à intégrer la liturgie du temple dans la vie quotidienne des gens. Cela a pour conséquence que les commandements de pureté gagnent une grande importance dans la vie de tous les jours. Cet accent mis sur la bonne exécution de la loi est en rupture avec l'enseignement de Jésus, pour qui l'attitude envers le prochain est essentielle et qui prône un Dieu bon et miséricordieux.



### Encadrement biblique de l'appel au salut

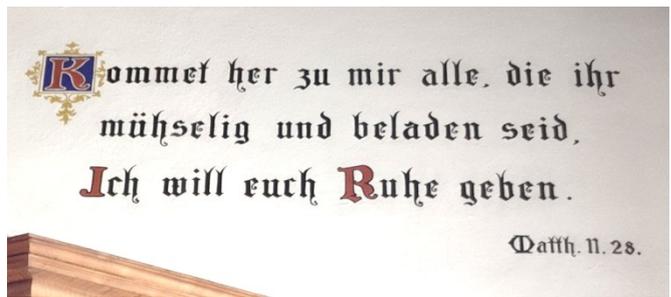
Le soi-disant appel au salut «<sup>28</sup> Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi je vous donnerai le repos. <sup>29</sup> Prenez sur vous mon joug et mettez-vous à mon école, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos de vos âmes. <sup>30</sup> Oui, mon joug est facile à porter et mon fardeau léger. » en Mt 11,28-30 se lit sur le fond de ces disputes.

Dans les versets précédents (Mt 11,20-24), l'évangéliste Matthieu rapporte que Jésus menace les villes de Tyr et de Sidon de jugement, car elles n'ont pas reconnu sa messianité et ne se sont pas jointes à lui. Dans les versets 25-27, Matthieu évoque la relation intime entre le Père et le Fils. «<sup>25</sup> En ce temps-là, Jésus prit la parole et dit : « Je te loue, Père, Seigneur du ciel et de la terre, d'avoir caché cela aux sages et aux intelligents et de l'avoir révélé aux tout-petits. <sup>26</sup> Oui, Père, c'est ainsi que tu en as disposé dans ta bienveillance. <sup>27</sup> Tout m'a été remis par mon Père. Nul ne connaît le Fils si ce n'est le Père, et nul ne connaît le Père si ce n'est le Fils, et celui à qui le Fils veut bien le révéler. »

Aucun autre être humain – pas même les experts en Écriture – ne peut connaître Dieu comme Jésus. Seuls les tout-petits comprennent que le chemin vers la plénitude de la vie, vers le Royaume de Dieu, passe par Jésus. On peut supposer que la communauté matthéenne s'identifiait aux tout-petits. Cependant, les sages et les intelligents désignent les scribes et les pharisiens qui prétendent à la connaissance de l'Écriture et de Dieu et méprisent les tout-petits. Dans ce contexte, l'appel « Venez à moi ! » implique également « Ne les suivez pas ! ».

Les sages et les intelligents, les scribes et les docteurs de la loi, imposent aux gens de lourds fardeaux qu'ils ne portent pas eux-mêmes (cf. Mt 23,4 et les cris de détresse en Mt 23,13). Les personnes fatiguées et accablées sont celles qui luttent sous le poids des règles strictes de la loi et qui ne trouvent jamais de répit. Elles sont ignorantes en matière d'interprétation de la Torah. C'est à ces personnes que Jésus adresse son invitation à venir à lui, afin qu'elles « trouvent le repos de leurs âmes ». Cette invitation fait écho à la tradition de sagesse du judaïsme ancien, où la sagesse invite également à venir à elle et à la chercher (Pr 8 ; Sir 6,18-37 et 24,19-22).

Ce calme ne se limite pas à un simple « repos ». En Jésus, les gens trouvent le « shalom » global, une paix et un repos qui englobent toute leur vie, y compris leurs relations avec les autres et leur environnement.



« Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi je vous donnerai le repos. »

Église réformée à Uetikon, © Béatrice Battaglia

### Le joug de Jésus est léger, car il le porte avec nous

Le joug léger de Jésus contraste avec le joug de la loi. À l'origine, le joug est un outil agricole qui lie deux bœufs pour les travaux lourds des champs. Dans le judaïsme, il était courant de parler du joug de la loi, ce qui constitue certainement le point de référence pour ce passage. Bien que la Torah ait été conçue comme un guide de vie sage, elle est devenue au fil du temps un joug legaliste, surtout pour les pauvres du pays, qui ne pouvaient pas respecter les nombreuses règles de pureté. Cependant, le judaïsme connaît aussi la joie de la loi, la simchat Torah.

Le contexte de l'appel au salut inclut également l'apparente contradiction avec les exigences que Jésus impose à ses auditeurs et auditrices dans le Sermon sur la montagne (Mt 5). Comment se fait-il que son joug ne soit pas oppressant et que son fardeau soit léger ?

Matthieu rapporte que Jésus dit aux gens de prendre son joug en raison de sa douceur et de son humilité. Contrairement aux scribes et aux pharisiens, qui ne cherchent que leur prestige social (Mt 23,5-7), Jésus se distingue par sa compréhension, sa miséricorde et son service envers les autres (Mt 20,28).

Le joug de Jésus doit également être lié à l'expérience existentielle selon laquelle la relation avec lui rend la vie plus facile. Sa description de lui-même comme étant « doux et humble de cœur » ne peut être comprise que comme une invitation à entrer dans une relation amicale et personnelle avec lui. De cette connexion aimante découle naturellement la facilité des exigences de la vie personnelle, comme être soi-même doux et généreux.

Claudia Mennen, théologienne catholique et cofondatrice de l'école de bibliodrame et de pastorale de Wislikofen  
<https://www.bibliodramaundseelsorge.ch/>

