

# Feuille de Route 2026 Avril

## Vivre de la joie pascale

### 1. Introduction

Après le chemin du Carême et la contemplation de la Passion, le mois d'avril nous ouvre à la lumière de Pâques. La Résurrection du Christ est le cœur de la foi chrétienne : « Si le Christ n'est pas ressuscité, notre foi est vaine » (1 Co 15,17).

La joie pascale n'est pas une émotion passagère, mais une expérience profonde : celle de la vie nouvelle qui jaillit du tombeau vide. Elle nous invite à témoigner de la victoire du Christ sur la mort, à vivre dans la fraternité et le service, et à goûter la joie de l'Évangile comme un don quotidien.

Saint Jean Chrysostome, dans sa célèbre homélie pascale, s'exclame : « Que tous jouissent du festin de la foi ! Que tous reçoivent les richesses de la bonté ! ». La joie pascale est universelle : elle ne connaît pas de frontières, elle est offerte à tous.

Cette joie universelle ne reste pas une idée abstraite : elle se traduit dans nos vies concrètes, en particulier dans la fraternité et le service. « Cette joie, loin de rester intérieure, se manifeste dans nos relations et dans notre manière d'habiter le monde. C'est pourquoi le premier lieu où la Résurrection se donne à voir est la fraternité et le service. »

### 2. Témoigner de la Résurrection dans la fraternité et le service

La Résurrection n'est pas seulement un événement du passé, elle est une réalité vivante qui transforme nos relations. Les premiers chrétiens annonçaient : « Le Seigneur est vraiment ressuscité » (Lc 24,34), et cette annonce se traduisait par une vie fraternelle et solidaire (Ac 2,42-47).

Paul VI rappelait : « La joie chrétienne est essentiellement une joie pascale ». Elle ne se limite pas à une expérience intérieure, mais elle se traduit en gestes concrets de charité et de fraternité. Témoigner de la Résurrection, c'est manifester dans nos gestes quotidiens la victoire de l'amour sur l'égoïsme, de la vie sur la mort, de l'espérance sur la peur.

Le pape François insiste : « La joie de l'Évangile remplit le cœur et la vie entière de ceux qui rencontrent Jésus » (Evangelii Gaudium, 1). Cette joie se partage : elle devient mission, service, fraternité. La joie pascale, telle que le pape François la décrit, n'est pas une émotion passagère : elle est une expérience profonde qui naît de la rencontre avec Jésus vivant. Cette joie ne se garde pas pour soi ; elle déborde, elle se communique, elle devient mission. Et le pape Léon XIV de renchérir : « Rendez heureux beaucoup de personnes par votre foi en manifestant la joie authentique, celle qui ne se gagne pas par un pari, mais qui se partage par la



charité. La source de cette joie est l'amour de Dieu : amour pour la vie naissante et indigente, à accueillir et à soigner sans cesse ; amour pour la vie jeune et âgée, à encourager dans les épreuves de chaque âge ; amour pour la vie, en bonne santé comme malade, parfois solitaire, qui a toujours besoin d'être accompagnée avec attention» (Extrait de l'homélie du pape Léon XIV à la messe au stade Louis II de Monaco 28.03.2026).

Celui qui a goûté à cette joie ne peut rester enfermé dans l'indifférence : il est poussé à sortir de lui-même pour aller vers les autres. Elle se traduit en service humble, en gestes de fraternité, en témoignage d'espérance. La joie pascale devient ainsi ferment de communion : elle construit des ponts, elle guérit les blessures, elle ouvre des chemins nouveaux.

Partager la joie de l'Évangile, c'est reconnaître que la Résurrection n'est pas seulement un événement du passé, mais une force actuelle qui transforme nos vies et nous envoie dans le monde comme porteurs de lumière.

Mais pour que cette mission soit authentique, elle doit d'abord être vécue intérieurement. C'est là que l'expérience ignatienne nous éclaire : apprendre à goûter et savourer la joie du Ressuscité.

### 3. Ignatien : goûter et savourer la joie de l'Évangile

Saint Ignace invite, dans la quatrième semaine des Exercices spirituels, à contempler le Ressuscité et à « goûter et savourer intérieurement la joie et la consolation » (Ex.Sp. 224). Cette invitation ne se limite pas à un savoir intellectuel : elle engage tout l'être dans une expérience spirituelle profonde. La joie pascale est une grâce à accueillir, une lumière qui pénètre le cœur et qui ne dépend pas des circonstances extérieures. Elle jaillit de la certitude que le Christ est vivant et qu'il nous accompagne dans nos chemins parfois obscurs. Ignace insiste sur l'expérience intérieure : goûter cette joie, c'est laisser l'Esprit consoler, transformer et pacifier. Elle se vit dans la prière, où elle devient gratitude ; dans la contemplation, où elle éclaire les signes de vie que Dieu dépose sur notre route ; et dans le quotidien, où elle se fait confiance et abandon à l'amour du Ressuscité.

Mais cette joie, une fois goûtée, ne peut rester enfermée. Elle devient mission. Léon XIII, dans Rerum Novarum, rappelait que la foi chrétienne doit se traduire en espérance et en joie pour les plus pauvres et les plus fragiles. Le pape Léon XIV complète en disant que « la joie de la foi et la force de notre témoignage découlent de la rédemption, en tout lieu et en tout temps. L'histoire de Jésus résume en effet le destin de chacun de nous, à commencer par les plus petits et les opprimés » (Extrait de l'homélie du pape Léon XIV à la messe au stade

Louis II de Monaco 28.03.2026). Ainsi, la joie pascale contemplée dans le silence de la prière se déploie dans le service et la fraternité. Elle pousse à annoncer l'Évangile avec enthousiasme et simplicité, en particulier dans les lieux de fragilité, là où la lumière du Ressuscité est le plus nécessaire. La joie ignatienne est donc à la fois intérieure et missionnaire : elle se savoure dans la rencontre intime avec le Christ, et elle se partage dans la rencontre avec les autres, surtout les plus petits.

Cette expérience intérieure ouvre à une transformation plus profonde : la joie pascale ne se contente pas de consoler, elle nous change et nous configure au Christ ressuscité.

#### **4. Se laisser transformer par la joie pascale**

La joie pascale n'est pas naïveté, mais force intérieure. Elle nous transforme :

- Elle nous libère de la peur et du découragement.
- Elle nous ouvre à la fraternité et au service.
- Elle nous configure au Christ ressuscité, qui nous envoie comme témoins de l'espérance.

Paul VI affirmait : « La joie chrétienne est une joie qui naît de la certitude que le Christ est vivant ». Benoît XVI ajoutait : « La Résurrection est l'acte d'amour le plus grand de l'histoire ».

Saint Jean Chrysostome, dans sa prédication pascale, proclamait : « Ô mort, où est ton aiguillon ? Ô enfer, où est ta victoire ? Le Christ est ressuscité et tu es terrassé ». La joie pascale est donc une victoire : elle nous fait entrer dans une vie nouvelle, libérée de la peur et du péché.

À cette lumière, Léon XIV rappelle dans *Dilexi Te* : « Le contact avec ceux qui n'ont ni pouvoir ni grandeur est une manière fondamentale de rencontrer le Seigneur de l'histoire ». La joie pascale est donc une victoire : elle nous fait entrer dans une vie nouvelle, libérée de la peur et du péché, et nous pousse à reconnaître le Christ vivant dans les plus humbles.

Pour que cette transformation s'incarne dans nos vies, il est nécessaire de la traduire en pratiques concrètes. C'est ce que propose le chemin spirituel d'avril.

#### **5. Pistes pratiques pour avril**

**Prière** : Le mois d'avril, marqué par la lumière pascale, est une invitation à entrer dans la contemplation des apparitions du Ressuscité. Les récits d'Emmaüs, de Marie-Madeleine au tombeau, ou des disciples rassemblés, nous montrent que Jésus se rend présent dans les cœurs ouverts et dans les communautés en chemin. La prière devient alors un espace pour demander la grâce de la joie intérieure : non pas une joie superficielle, mais une consolation profonde qui vient de la certitude que le Christ est vivant et qu'il nous accompagne.

**Écriture** : La méditation des Évangiles et des lettres apostoliques nourrit cette expérience. Lire et relire Lc 24,13-35, Jn 20,11-18, Jn 21,1-14 et 1 Co

15,1-20, c'est se laisser rejoindre par la Parole qui témoigne de la Résurrection. Ces textes nous rappellent que la foi chrétienne repose sur un événement fondateur : le Christ est ressuscité, et cette vérité transforme notre regard sur la vie, la mort et l'espérance. L'Écriture devient ainsi une lampe qui éclaire nos pas et nous aide à reconnaître les signes de vie que Dieu dépose sur notre route.

**Mission** : La joie pascale ne peut rester enfermée dans le cœur : elle se partage. Elle devient mission, service, fraternité. Poser un geste concret de fraternité et de service, même simple, est un témoignage vivant de la Résurrection. C'est dans l'attention aux plus fragiles, dans l'accueil de l'autre, dans la solidarité quotidienne que la lumière pascale se rend visible. Chaque acte de charité est une proclamation silencieuse mais puissante : « Le Christ est vivant ! ».

**Offrande** : Enfin, la gratitude quotidienne est une manière de prolonger la joie pascale. Chaque jour, prendre le temps de remercier Dieu pour un signe de vie et de joie reçu — un sourire, une rencontre, une réussite, une consolation — nous aide à reconnaître que la Résurrection se manifeste dans les petites choses. Cette offrande de gratitude transforme notre regard : elle nous apprend à voir la vie comme un don et à accueillir chaque instant comme une participation à la victoire du Ressuscité.

Ce chemin spirituel d'avril peut être résumé ainsi : contempler, méditer, agir, remercier. C'est une manière simple mais profonde de laisser la joie pascale transformer notre vie et de devenir témoins de l'espérance. En suivant ces étapes, nous entrons pleinement dans le dynamisme pascal et pouvons conclure ce parcours par une exhortation à marcher dans la lumière du Ressuscité.

#### **Conclusion**

Avril nous invite à vivre pleinement de la joie pascale. La Résurrection du Christ est la source d'une vie nouvelle : elle nous pousse à témoigner dans la fraternité et le service, et à goûter intérieurement la joie de l'Évangile.

Comme le disait saint Ignace : « Goûter et savourer intérieurement la joie et la consolation ». Comme le proclamait saint Jean Chrysostome : « Le Christ est ressuscité et la vie triomphe ». Comme le rappelait Paul VI : « La joie chrétienne est essentiellement une joie pascale ». Comme le soulignait François : « La joie de l'Évangile remplit le cœur ». Comme Léon XIII l'enseignait : la foi doit se traduire en espérance et en joie pour tous.

Ainsi, ce mois devient une étape spirituelle : apprendre à savourer la joie pascale, à la partager autour de nous, et à marcher dans la lumière du Ressuscité.

En union de prière,  
belles et saintes Fêtes de Pâques !