

Le Carême – chemin vers la Pâques

Le Carême est bien différent d'une performance à acquérir ou d'un exploit formidable à réaliser. Cependant c'est une préparation à la Pâques qui demande quelques efforts de notre part pour y arriver.

Observons la course du « Vendée globe ».

Les skippeurs prennent la « route » des océans en suivant des paramètres d'orientation pour leur navigation. Le tour du monde à voile peut durer 80 jours et plus, dans des conditions climatiques très difficiles de vents forts et de hautes vagues. Pour terminer la course et arriver au bon port, chacun s'impose de fortes exigences durant ce temps. Ils se privent de bonne nourriture, de sommeil, de repos, de famille et d'amis, de loisir et beaucoup d'autres biens. Ils vivent en même temps des moments formidables en plein océan, des rencontres avec des animaux de mer. Ils nous partagent leurs expériences, leurs joies. Sans se détourner par des distractions, ils suivent leur objectif, l'arrivée au port des Sables d'Olonne. Cependant quand un autre skippeur se trouve en danger l'autre abandonne son itinéraire pour le secourir. La vie de la personne est plus importante qu'un succès.



Le Carême

Pour nous, chrétiens, le Carême est un peu comme cette course des skippeurs.

L'objectif du Carême est : se préparer à la fête de Pâques, la plus grande fête des chrétiens, la résurrection de Jésus, la victoire de la Vie sur la mort.

Voilà 40 jours devant nous pour avancer, nous déplacer, pour préparer notre cœur à la grande joie.

Sur ce chemin nous avons besoin de :

- « Paramètre de navigation et de boussole »
- Quelques efforts à fournir
- Partager quelque chose d'important avec les autres

Paramètre d'orientation - la prière.

Un moment tranquille dans la journée nous fait du bien. La prière personnelle est un espace intime entre mon intérieur spirituel et le Dieu qui m'aime et veut mon bonheur.

Je m'assoie dans un coin, je peux poser une image de Jésus, une croix, la bible. Je fais le silence de quelques minutes en écoutant ma respiration, et je « descends » à l'intérieur de moi-même.

Je peux écouter un chant méditatif.

Je fais le signe de la croix.

Je demande à l'Esprit Saint qui habite en moi de m'aider à prier.

J'exprime cette demande avec mes propres mots.

Jésus nous invite à prier simplement :



« Quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites : ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. » (Mt 6,5-8)

La Parole de Dieu me donne des « paramètres d'orientation » dans ma vie, à faire des choix qui me conduisent vers une vie bonne.

Durant le Carême je peux lire chaque jour un petit passage de l'évangile selon saint Marc.

Je lis et relis le même passage. Je repère les personnages et les lieux.

Quelle est la situation au début et à la fin du passage ?

Quel changement s'est opéré, pourquoi, grâce à qui, à quoi ?

En quoi cette parole m'éclaire ? A quoi Jésus m'invite-t-il ?

Je demande à Jésus de m'aider à mieux l'écouter et à vivre selon sa Parole.

Je termine ce temps de méditation par la Prière du Notre Père. Elle nous est donnée par Jésus (évangile selon saint Matthieu 6,9-13).

En faisant le signe de la croix sur moi, je reçois la bénédiction de Dieu.

Quelques efforts – le jeûne.

Le jeûne est un moyen de s'abstenir de quelque chose qui est bon en soi, mais aussi une décision d'abandonner ce qui m'encombre et me détourne de l'essentiel.

Jésus nous invite à être vrais, à ne pas faire quelque chose pour attirer le regard des autres afin d'être félicité. Il nous dit que Dieu voit ce qui est dans notre cœur. C'est lui qui nous « récompense ».

« Et quand vous jeûnez, ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites : ils prennent une mine défaite pour bien montrer aux hommes qu'ils jeûnent. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage ; ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des hommes, mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret ; ton Père qui voit au plus secret te le rendra. » Mt 6,16-18



Comme les skippeurs s'imposent des privations pour obtenir leur but de navigation, je suis capable de faire des choix pour me préparer au jour de la Pâques. De même que les skippeurs n'ont pas été obligés à faire le tour du globe, mais c'est leur propre décision, je ne suis pas non plus obligé à faire des privations de quelque chose, c'est ma propre décision.

Je réfléchis :

- A quoi je suis très attaché(e), et qui, finalement, n'est pas indispensable pour moi.
- Comment je me comporte à table ? Je vais essayer de ne pas être difficile.
- Comment je parle ? Je vais tâcher de m'abstenir des paroles blessantes.
- Quel est mon rapport aux jeux ? Je vais me donner des limites de temps passé aux jeux.

Ces efforts m'aident à tenir l'orientation dans mon voyage de vie.

En me privant de quelque chose, je découvre que cela m'ouvre à d'autres personnes, je peux les voir autrement.

Dieu se réjouit de mes petits pas.

Partage – l'aumône, joie de donner.

L'aumône est un mot ancien qui signifie donner quelque chose à celui qui est dans le besoin.

Jésus nous dit que le geste de partager doit être discret, sans se fanfaronner devant les autres.

« Quand tu fais l'aumône, ne fais pas sonner la trompette devant toi, comme les hypocrites qui se donnent en spectacle dans les synagogues et dans les rues, pour obtenir la gloire qui vient des hommes. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite, afin que ton aumône reste dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. » Mt 6,2-4

Etant moins égoïste, je deviens plus attentif aux autres :

- Je peux sortir de mon petit confort pour rendre des services.
- Je peux partager quelque chose de moi, de ce que je suis, de ce que j'ai, mes joies.
- Je peux encourager quelqu'un à sortir d'une tristesse, d'une solitude ou d'une difficulté.

Saint Paul rappelle les paroles de Jésus : *« Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir. »* (Actes des Apôtres 20,35).

Le Pape François s'adressant aux jeunes a dit: *« Chers jeunes, nous ne sommes pas venus au monde pour "végéter", pour vivre dans la facilité, pour faire de la vie un canapé qui nous endorme ; au contraire, nous sommes venus pour autre chose, pour laisser une empreinte. (...)*

Pour suivre Jésus, il faut avoir une dose de courage, il faut se décider à changer le canapé contre une paire de chaussures qui t'aidera à marcher, sur des routes jamais rêvées et même pas imaginées, sur des routes qui peuvent ouvrir de nouveaux horizons, capables de propager la joie, cette joie qui naît de l'amour de Dieu, la joie que laissent dans ton cœur chaque geste, chaque attitude de miséricorde. » (Cracovie, JMJ 2016)



Le Carême, 40 jours sur mon chemin de vie, une vie avec Dieu, une vie avec les autres.

A l'horizon se trouve la fête de la Pâques, la fête de la Joie du Christ ressuscité !

J'y vais ! Et toi ?