

L'entrée en Carême : un temps de grâce à ne pas gaspiller

« **Nous vous exhortons encore à ne pas laisser sans effet la grâce reçue de Dieu** »
(2Co 6, 1)

Le mercredi 14 février débute le carême, temps de pénitence et de conversion. **La pénitence.** Ce mot, à peine l'a-t-on prononcé, que notre nature humaine a déjà pris ses jambes à son cou. A tel point que si l'Eglise notre Mère ne nous prenait pas fermement la main à l'occasion du carême, pour nous administrer ce remède salutaire, on s'en tiendrait consciencieusement éloigné à longueur de vie, sans égard pour les besoins pourtant vitaux de notre âme. Encore reste-t-il toujours possible, malheureusement, de faire la sourde oreille aux appels de l'Eglise dans ce domaine, ce dont Dieu veuille bien nous garder pour ce Carême 2024 !

Dans sa sagesse maternelle, l'Eglise nous concocte donc pour le Carême un « menu équilibré », à vivre chacun à notre place, avec générosité et fidélité, à savoir :

Menu spécial Carême :

- **Jeûner le Mercredi des cendres et le Vendredi saint** : le jeûne consiste à faire un seul repas, **sans viande**, pendant la journée, avec une légère collation le matin et le soir (dans l'hypothèse où le repas maigre est pris le midi). Sont dispensés de jeûner les personnes de plus de 60 ans, les jeunes de moins de 18 ans accomplis et les femmes enceintes.
- **S'abstenir de viande le Mercredi des cendres, le Vendredi saint et tous les vendredis de ce temps.**
- **Intensifier notre pratique de la prière** (oraison, chapelet, chemin de croix du vendredi, remplacer un loisir profane (roman, film) par une nourriture spirituelle (vie de saint))

- **Intensifier ma pratique du partage, de la miséricorde : d'une façon qui ne se paie pas de mots : don généreux à une œuvre de carême, temps gratuit à donner pour des visites...**
- **Sans oublier : absolument nécessaire, LA clef de toute conversion : la confession sacramentelle de mes péchés pour Pâques.**