Le carême et le jeûne

Nous revoilà cette année encore pour notre rendez-vous bisannuel de journée d’entrée dans le carême. Après le cycle sur le ‘Notre Père’ qui a nourrit nos précédentes journées des dernières années, nous allons aujourd’hui nous attarder sur deux piliers du carême, le jeûne et la prière. Je ne vais pas m’étendre sur la prière ce sera le sens de l’exposé de Myriam et je vais plus me concentrer sur le sens du jeûne qui peut parfois être vu comme une contrainte, comme une pratique d’un autre temps, comme dépassé, ou bien comme un moyen de détoxifier notre corps, un remède médical ou un moyen de pression. Et pourtant pour nous chrétiens et je pense pour tout homme, c’est une occassion unique d’apprendre à se connaître, à découvrir où est notre véritable désir, à se libérer de la tyrannie de la chair (corps pensant), à expérimenter la vie en Christ.

**L’homme un être affamé.**

L’homme est un être qui a toujours faim. Il mange souvent plus que de raison et quelques heures après, la faim le tiraille à nouveau. L’homme est ainsi un éternel insatisfait. Il sent au fond de lui un vide qu’il cherche à combler. Et pour combler ce vide, il va habituellement essayer de se procurer une jouissance et une satisfaction rapide. L’acte de manger est l’exemple type de ce comportement. Notre monde moderne par les fast-foods, les plats préparés, toute l’industrie agro-alimentaire amplifie ce comportement. Tout est fait pour que notre acte de manger soit le moins contraignant possible et nous apporte le plus rapidement satisfaction et jouissance. Manger devient un acte banal comme respirer. Un acte où nous ne nous posons plus la question du ‘pourquoi je mange ?’, du ‘comment je mange ?’. Regardons la publicité dans les journaux, à la télévision. Le message qui nous est donné c’est : Mangez, ne vous privez pas, ne vous sentez pas coupable d’être gourmand, consommez, consommez. Et si vous vous sentez un peu lourd, un peu chargé, pas de soucis, vous avez des pilules pour digérer, pour maigrir, pour dormir, des pilules contre le sucre, le cholestérol, et tous les désordres apportés en grande partie par notre alimentation. La grande copine de l’industrie agro- alimentaire est là pour nous venir en aide c’est l’industrie pharmaceutique et para- pharmaceutique qui nous réconforte dans une attitude de consumérisme effréné.

Mais nous voyons aussi que ce message de consommation à outrance arrive à bout de souffle. Des voix de plus en plus nombreuses s’élèvent pour un retour à un mode de vie plus conscient, plus respectueux de l’environnement et de notre être, corps-âme-esprit, à une sobriété heureuse.

Pourquoi est-ce que l’Homme en est venu à un tel comportement? Comment en est-on arrivé à une telle situation ? Parce que l’homme a oublié.

Il a oublié deux choses.

1. **Son origine**

Dieu a créé l’homme comme un être qui a faim. Et dans sa bonté, pour satisfaire sa faim Dieu lui a donné toute la création. Il l’a placé comme co-responsable de toute la création en l’invitant à en prendre soin pour la partager avec Lui, pour l’embellir. Toute la création est là pour rappeler à l’homme qu’elle est un don de Dieu. Que chaque pierre, chaque brin d’herbe, chaque fourmi est là pour lui rappeler la présence de Dieu, que c’est à une vie amoureuse que l’homme est convié, une vie amoureuse avec Dieu, un banquet nuptial. La création est là pour aiguiser l’appétit de l’homme pour Dieu, pour qu’il soit dans l’émerveillement. L'homme reçoit à chaque instant la vie des mains de Dieu pour la partager en communion avec Lui, pour faire de la vie une Vie en Dieu.

Mais lorsque l’homme veut connaitre la vie en se passant de Dieu lorsqu’il ne voit plus le don qui lui est fait comme un appel à une rencontre, une relation et que la création n’est plus qu’un moyen de satisfaire sa faim, que le fruit n'est plus le lieu de la rencontre pour laquelle il a été créé, alors la nourriture devient une nourriture morte, absente de Dieu et donc sans vie. Car Dieu est la Vie de la vie. Et le Christ le rappellera : *«mon Père vous donne le vrai pain du ciel; car le pain de Dieu, c'est celui qui descend du ciel et qui donne la vie au monde... Je suis le pain de vie. (Jn 6,33-35) »*Ou lorsqu’il dira à Thomas : *«Je suis le chemin, la vérité, et la vie. Nul ne vient au Père que par moi.* (Jn14,6)».

Là est notre premier oubli. Quand nous n’avons plus faim de Dieu, l’acte de manger et la nourriture deviennent une fin en soi et ne portent plus la Vie. Nous consommons une nourriture morte. La satisfaction de notre faim au lieu d’être un lieu de rencontre avec Dieu devient un lieu de mort.

1. **L’incarnation du Christ et sa résurrection.**

Non seulement nous oublions notre origine mais nous continuons à vivre sans voir la vie nouvelle que le Christ nous a révélée et communiquée par sa mort et sa résurrection. Nous vivons comme si le Christ n’était jamais venu. Car malgré que nous avons tourné le dos à Dieu notre créateur, Dieu par amour est revenu vers l’homme, il est venu vivre l’expérience humaine à ses côtés. Et le Christ va d’abord revivre l’expérience de la tentation du premier homme. Il va pousser sa faim jusqu'à un niveau extrême en jeûnant pendant 40 jours et 40 nuits. Satan va essayer la même ruse en l’invitant à manger, à assouvir sa faim en se jetant sur la nourriture. A noter que les pierres changées en pain symbolisent justement une nourriture sans vie, une illusion. Et là le Christ va redonner clairement l'intention du Créateur à l'origine: l'homme n'a pas faim de pain mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu. C’est dans la relation avec Dieu que l’homme trouvera le sens et la nourriture de sa Vie. Le pain seul ne nourrit personne, il n'est que le medium d'une autre Présence amoureuse. Le Christ le redira plus tard avant sa passion : « *Je suis le pain de vie... C'est ici le pain qui descend du ciel, afin que celui qui en mange ne meure point. Je suis le pain vivant qui est descendu du ciel. Si quelqu'un mange de ce pain, il vivra éternellement; et le pain que je donnerai, c'est ma chair, que je donnerai pour la vie du monde.* (Jn 6, 48-51) » C’est à nouveau un don d’amour inconditionnel.

Et c’est ce que nous clamons à la résurrection. ‘Par sa mort, le don de sa vie, Il a vaincu la mort. A ceux qui sont dans le tombeau Il a donné la Vie’. Et les tombeaux ce ne sont pas les monuments de pierre, ou les cercueils, mais nos vies terrestres coupées de Dieu. Voilà ce que nous sommes invités aussi à ne pas oublier.

Lorsque nous persistons dans l’oubli de notre origine, du rappel donné par le Christ alors notre vie devient insensée, désorientée, mesquine, étroite et c’est le cas de le dire, mortelle. Le démon va sans cesse essayer de nous maintenir dans cet oubli et va utiliser toute son énergie et toutes ses ruses à nous tenir écarté de ces endroits de nous-même où une graine de Vie a été déposée.

**Créé De l’image vers la ressemblance**

Si Dieu nous a créé à son image, ce n’est que par un travail de rencontre, d’écoute, d’échange avec Lui que nous allons évoluer vers sa ressemblance et participer à sa vie divine. Sinon la loi de l’entropie fera son œuvre et c’est vers le chaos, le néant que se fera notre évolution. Seule une information supérieure permet à l’homme d’élever son potentiel de transformation. Selon Saint Irénée, si l’homme a été créé à l’image de Dieu, il l’a été comme un petit enfant, de manière non encore accomplie, non encore parfaite; La recherche de cette perfection nous sommes appelés à la réaliser avec Dieu, précisément par l’évolution vers sa ressemblance. Si Dieu a mis en l’homme la sensation de faim, ce désir incessant de nous nourrir c’est pour nous rappeler constamment l’évolution, le travail auquel nous sommes appelés.

Mais comme nous l’avons oublié, nous nous précipitons sur les nourritures pour combler cette sensation de faim et négligeons de travailler à l’évolution vers la ressemblance.

Le Père Alexandre Schmemann écrivait : *«La faim est cet état dans lequel nous nous apercevons que nous dépendons d'autre chose, quand nous ressentons le besoin urgent et nécessaire de nourriture ; cela nous montre que nous n'avons aucune vie en nous-mêmes.»*

**La faim un chèque-cadeau de Dieu**

Cette faim est un chèque-cadeau que Dieu nous procure constamment. Mais nous sommes libres d’utiliser ce chèque-cadeau à notre guise. Dieu l’a dit à Moïse : « *Vois, je mets aujourd'hui devant toi la vie et le bien, la mort et le mal…**Mais si ton cœur se détourne, si tu n'obéis point, et si tu te laisses entraîner à te prosterner devant d'autres dieux et à les servir,* *je vous déclare aujourd'hui que vous périrez.**J'en prends aujourd'hui à témoin contre vous le ciel et la terre: j'ai mis devant toi la vie et la mort, la bénédiction et la malédiction. Choisis la vie, afin que tu vives, toi et ta postérité… (*Dt 30, 15-19)*».* Lorsque notre estomac devient notre Dieu, il ne faut pas nous étonner des conséquences. Je relisais dernièrement les trois messes basses d’Alphonse Daudet et le péché de Dom Balaguère qui illustre bien le péché de l’homme. Dom Balaguère néglige les messes de Noël qu’il se doit d’accomplir. Son esprit est tout entier tourné vers les nourritures terrestres. Son dieu est devenu les dindes truffées et il n’est plus celui qu’il est invité à rencontrer dans ses 3 messes. Et le soir même, il meurt.

Un proverbe dit que nous creusons notre tombe avec nos dents. Quoi de plus vrai et ainsi nous pouvons prendre conscience que l’acte de manger quel que soit la forme que nous adoptons ne nous apporte pas la Vie. Mais qu’immanquablement la mort est au bout du chemin.

**Le pouvoir du mental**

Notre drame, le drame de l’humanité et tous les Pères de l’Eglise et les théologiens le disent, vient que notre mental a pris le pouvoir en nous et cherche à nous auto-déifier. Nous voulons être dieu sans Dieu. Nous voulons atteindre l’éternité par nos propres forces uniquement. Regardez aujourd’hui l’objectif des recherches actuelles menées par Google et une grande partie du monde scientifique pour prolonger la vie pour des centaines d’années. L’oubli de Dieu toujours. Alors que nous croyons être libres, nous sommes devenus les esclaves de la nourriture, du monde, de la matière et de la technique.

En effet, ce qui nous apparait en premier lorsque l’on parle de faim c’est de la nourriture pour notre estomac, mais notre faim prend aussi d’autres formes. La faim de reconnaissance, de gloire, de pouvoir, de connaissances, de possession, de recevoir l’amour des autres, tout ce qui nourrit l'affectivité et l'intellect de l'homme. Chacun de nous peut trouver de quoi il a faim.

Mais si nous croyons que l’homme est un être corps-âme-esprit, l'homme a besoin de nourriture pour nourrir aussi son esprit et c’est la parole, l’Esprit de Dieu.

Et si son esprit est nourrit correctement, cela donnera des conséquences positives sur notre âme et notre corps.

**La réponse : le Jeûne**

Comment sortir de ce chemin mortifère? Comment retrouver le sens, le but de la vie. Comment œuvrer pour renouer le contact avec le Seigneur.

Le jeûne est l’outil nécessaire, mais il n’est pas suffisant, la prière est le complément indispensable. Sans cela, le jeûne ne reste qu’un acte égotique ou social. Le jeûne seulement physique ne serait qu'un suicide si la prière n’agissait comme catalyseur pour le transformer en une formidable source d'énergie. «*Certains démons ne s'en vont que par la prière et le jeûne* (Mt 17,21)», dit Jésus, montrant ainsi que l’un ne va pas sans l’autre.

Dans toutes les grandes traditions spirituelles le Jeûne occupe une place importante. Que ce soit dans le judaïsme, dans l’Islam, dans le catholicisme, l’orthodoxie, le bouddhisme ou l’hindouisme, pour chacun, le Jeûne est une voie pour se découvrir et découvrir l’amour du Tout-Autre pour nous, quel que soit le nom que chacun va mettre derrière le mot ‘Tout-Autre’.

**Et pour nous chrétiens, qu'est-ce que le jeûne?**

C’est faire l’expérience du Christ, pour ressentir la libération de notre dépendance envers les nourritures, la matière et les propositions du monde.

Le Père Schmemann disait : *«Jeûner ne signifie qu’une chose : avoir faim, jusqu’à la limite de la condition humaine qui dépend entièrement de la nourriture, et là, ayant faim, découvrir que cette dépendance n’est pas toute la vérité au sujet de l’homme, que la faim elle-même est avant tout un état spirituel et que, finalement, elle est en réalité la FAIM DE DIEU.... »*

Le jeûne a pour fonction de nous faire prendre conscience plus en profondeur de notre dimension spirituelle, de revenir à Dieu et de dominer notre tendance humaine naturelle à être centrer sur nous-même.

Le jeûne signifie un changement radical de notre relation avec Dieu et avec le monde. C’est une inversion de vision du cosmos. Au lieu de voir le monde comme une chose à posséder et exploiter, le jeûne nous introduit dans une vision contemplative du monde, d’émerveillement comme celle pour laquelle nous avons été créés.

Ce n’est pas toujours facile, et les pères disent que cet exercice, cette expérience est un combat, un combat spirituel. Comme dit si poétiquement Olivier Clément : «*l’ascèse est donc éveil hors du somnambulisme quotidien, elle permet au Verbe de dégager, de désensabler au fond de l’âme la source des eaux vives, de faire resplendir en l’homme l’image ternie de Dieu*. (sources, p153-154) » Le symbole par excellence de l’ascèse, c’est le jeûne.

Le jeûne ne se conçoit que comme remède à la coupure de notre relation avec Dieu. Si le Christ était présent à chaque instant dans nos vies, ou plutôt si nous étions présents à chaque instant dans l’intimité du Christ, le jeûne serait inutile. En réponse aux pharisiens qui disaient *"Les disciples de Jean jeûnent fréquemment et font des prières, ceux des Pharisiens pareillement, et les tiens mangent et boivent !"* Jésus leur dit *: "Pouvez-vous faire jeûner les compagnons de l'époux pendant que l'époux est avec eux ? Mais viendront des jours... et quand l'époux leur aura été enlevé, alors ils jeûneront en ces jours-là." (Luc 5, 33-35)* Le jeûne n'a de sens que pour celui qui sait ce qu’est la véritable nourriture ou qui aspire de tout son être au banquet nuptial avec Dieu, et qui, dans la privation, souffre de l'absence de ce qui le fait vivre.

Le Jeûne est une expérience constructive. Lorsque nous menons une expérience nous faisons attention à respecter un protocole à se mettre dans des conditions spéciales pour la mener à bien. Une expérience n’est pas un acte ordinaire, habituel. On est un peu dans le domaine de l’inconnu. Elle demande toute notre attention, notre vigilance pour y détecter les résultats et pour apprendre de cette expérience. L’expérience se fait dans un laboratoire, un lieu un peu spécial qui sort de l’ordinaire. Lorsque le Christ à jeûner, c’est au désert, dans un lieu aride hors influence du monde tumultueux.

Pour notre jeûne, il en sera de même. Il ne peut se concevoir que si nous privilégions un lieu écarté des distractions. Cela ne doit pas être seulement un lieu physique extérieur mais aussi un lieu spirituel plus intérieur pour nous préparer à la rencontre avec Dieu. Ce lieu c’est notre cœur.

Est-ce dès lors impossible de jeûner pour ceux qui travaillent à l’extérieur qui sont tout le jour en contact avec les ‘tentations potentielles’ du monde? C’est là que la prière présentée par le Christ comme 2ème pilier du carême prend tout son sens. Où que l’on soit nous pouvons prier même quelques instants. Un rappel périodique tout au long de la journée peut nous recentrer vers notre intériorité.

La prière est là comme renfort ou rempart pour pouvoir accomplir l’effort nécessaire pour jeûner et pour tenir le jeûne. Mais le Jeûne est nécessaire aussi pour libérer du temps, pour libérer notre esprit de la servitude du corps, et nous donner ainsi la possibilité de rencontrer Dieu par la prière. Évagre le Pontique, moine du [IVe siècle](https://fr.wikipedia.org/wiki/IVe_si%C3%A8cle) qui vivait dans le [désert d'Égypte](https://fr.wikipedia.org/wiki/P%C3%A8res_du_d%C3%A9sert) écrivait : *«La prière est une conversation de l’intelligence avec Dieu.»* Il y a une synergie entre le jeûne et la prière. Le jeûne pour mieux ressentir la faim de Dieu et la prière pour entrer en relation avec lui.

Le jeûne n’est pas un but en soi, comme le fait de manger n’est pas une fin en soi. Nous pouvons pratiquer le jeûne pour toute sorte de bonnes raisons qui ne relèvent pas du domaine spirituel. Le jeûne peut même devenir une occasion d’éloignement de Dieu. Si nous entrons dans la comparaison, le jugement, si nous voulons nous faire remarquer, si cela devient un outil pour accomplir une performance, pour renforcer notre orgueil, pour satisfaire notre moi, alors il ne remplira pas son objectif qui est de nous rapprocher de Dieu. Le but et la motivation du jeûne doivent être spirituels. Notre jeûne doit être un acte devant Dieu et non devant les hommes. Celui qui jeûne se place devant Dieu uniquement. Ce n’est pas pour faire plaisir à monsieur le curé, ni non plus un moyen de se faire bien voir de Dieu.

**Le jeûne ne doit pas être accompli comme une obligation**. Le jeûne n’est pas une forme de «punition» nécessaire pour effacer nos transgressions, ni une «souffrance» acceptée volontairement comme réparation de nos manques vis-à-vis de Dieu. Le Christ a souffert sur la Croix, pour nous, une fois pour toutes et Il est ressuscité; le salut est un don gratuit de Dieu qui ne dépend pas des mérites que nous pensons gagner en résistant à la faim, en jeûnant. Ne disons pas comme dans Isaïe : «*Quand nous jeûnons, pourquoi ne le vois‑tu pas ? Quand nous faisons pénitence, pourquoi ne le sais-tu pas ?* (Is 58,3)» Le Christ nous dit : « *lorsque tu jeûnes, parfume ta tête et lave ton visage, pour ne pas faire voir aux hommes que tu jeûnes, mais à ton Père qui est présent dans le secret, et ton Père qui voit dans le secret te le rendra. (Mt 6,18)*

**Le carême et le jeûne sont aussi une occassion d’inverser notre façon d’être** **en relation avec Dieu.** Souvent nous nous mettons en position de reproche vis-à-vis de Dieu en disant comme dans le Psaume 13,1: "jusqu'à quand Seigneur, m'oublieras-tu sans cesse ? Jusqu’à quand me cacheras-tu ta face ?" Le jeûne nous invite à changer notre vision et de dire à la place : "Jusqu'à quand T'oublierai-je Seigneur sans cesse ? Jusqu'à quand cacherai-je ma face de toi ?" Le jeûne nous fait entrer ainsi dans une attitude de repentir. Je le répète comme je l’ai déjà dit souvent, se repentir ne signifie pas se sentir coupable. La culpabilité est un processus qui nous tire vers le bas et nous éloigne de plus en plus de Dieu en considérant qu’Il ne peut rien pour nous. Le repentir est une attitude courageuse et d’humilité qui nous rapproche de Dieu en reconnaissant notre faiblesse, notre éloignement de Lui. Le jeûne du carême est ainsi une période qui nous rapproche de Dieu, une période d'activité spirituelle intense, une période privilégiée d'amour de Dieu et d'union avec Lui.

Dans les temps d’aujourd’hui jeûner n'est pas vraiment très populaire. Et pourtant certains comme des athlètes de haut niveau ou des comédiens sont prêts à faire des efforts énormes, des sacrifices en jeûnant pour atteindre leur objectif. Pourquoi est-ce que, nous chrétiens, nous ne pourrions pas nous aussi nous donner un objectif spirituel, et découvrir que le jeûne est un chemin royal pour aller vers Dieu ?

Le Carême et le jeûne sont la proposition faite par l’Eglise, comme école de transformation, de retournement. C’est la période de l’année liturgique où nous sommes invités de manière un peu plus concrète à modifier plus en profondeur notre façon d’être au monde. C’est un temps béni où nous consacrons plus d’espace dans nos journées à la prière, à la méditation, à des lectures plus spirituelles, la Bible, les Saintes Ecritures, les témoignages des saints. A nous décentrer de notre moi et nous tourner plus vers les autres. A prendre des temps de silence, de retraite intérieure pour goûter à la Présence. A se donner des espaces dans nos journées pour des marches méditatives. A porter un regard d’émerveillement sur ce qui nous entoure, sur la nature qui renait après un long moment de repos. Sachez que le jardinage en conscience peut être un très bon outil pour accompagner notre jeûne. Consacrer plus d’espace à entrer dans la louange, dans la bénédiction pour tous ces dons que nous avons reçus sans aucun mérite. A être plus attentif à ce que nous vivons, à ce qui se passe en nous. A entrer dans l’écoute et sortir du jugement.

Le jeûne du carême nous conduit à une purification intérieure de notre âme.

Claude Tresmontant, un théologien orthodoxe du 20ème siècle, écrit : *«L'ascèse, dans la perspective chrétienne, ne se comprend que si l'on garde en vue cette doctrine fondamentale d'une création inachevée, en train de s'effectuer, et qui implique pour l'homme une coopération libre et réfléchie à une création nouvelle… L'homme, pour devenir ce qu'il est invité à devenir, un dieu capable de prendre part à la vie de Dieu, doit librement renoncer à des vieilles programmations,… L'ascèse chrétienne orthodoxe, n'a pas pour but de léser, de diminuer l'homme, de le frustrer ni de le mutiler, mais au contraire de l'achever, de l'engendrer, de faire de lui ce qu'il est appelé à devenir : un dieu. L'ascèse est une condition ontologique de développement, de naissance nouvelle.»*

**L'homme moderne est de plus en plus hors de lui-même**, fasciné par les choses et la vie extérieure. Par indifférence, laxisme ou peur il vit éloigné de son être spirituel. Il est important qu’il saisisse des opportunités qui lui permettent de concentrer son attention sur l'unique nécessaire, sur la vie intérieure, sur la vie contemplative. L’ascèse, le jeûne est le moyen proposé par l’Eglise pour prendre le chemin de son intériorité. Le jeûne est à la fois une sagesse biologique et spirituelle. Par cette expérience du jeûne nous sommes invités à redécouvrir la fonction ontologique de notre corps comme temple de la divine présence, retrouver le respect du corps, de la nourriture, du cosmos, du rythme même de la vie.

**Comment jeûne-t-on?**

Comme vous l’avez compris, le Jeûne consiste à s’abstenir de certaines nourritures. Il n’y a pas une seule façon de jeûner. Il y a des recommandations mais pas d’obligations. Chacun doit trouver dans sa vie les nourritures qui le détournent le plus de Dieu, qui le mettent le plus hors de lui-même, dans l’extériorité. Chacun doit trouver quel voyage il va entreprendre pour mettre fin à sa vie d’errance coupée de dieu et entrer dans la résurrection, la vie en Christ.

Si Jeûner nous aide à retrouver la liberté, il est important d’identifier les attaches les chaines qui nous emprisonnent.

Au cours des moments de silence de cette journée, je vous invite à faire un examen de conscience et à vous poser les questions suivantes.

Quels sont les dépendances qui me tiennent prisonniers? A quoi suis-je le plus attachés? Qu’est-ce que si je ne l’ai pas, je vais vivre comme un manque ? Qu’est ce qui me semble très difficile ou insupportable de ne pas avoir? Où est ce que je trouve mon plaisir habituellement ? Est-ce que cela me rapproche ou me tient éloigné de Dieu? Posons-nous aussi la question est-ce que je vais adapter le carême à ma vie ou est-ce que je vais adapter ma vie au carême ? C’est déjà une bonne question pour voir quelle place nous donnons au Christ dans notre vie.

En faisant cette examen avec le plus d’honnêteté possible sans jugement, sans concession nous allons découvrir qu’Il n’y a pas que la nourriture physique à laquelle nous sommes enchainés. Bien sûr souvent la nourriture du corps est une évidence car nous avons l’impression qu’elle est un besoin essentiel et vital pour notre survie, que sans elle nous allons mourir. C’est pour cela que bien souvent le Jeûne est présenté comme une privation partielle de nourriture.

Ne confondons pas jeûne et abstinence.

– le jeûne chrétien consiste à n’avoir qu’un seul repas important dans la journée, le repas du soir. Malgré tout on veillera à se refréner à ce repas.

– l’abstinence consiste à s’abstenir de consommer certaines catégories d’aliments. Et en particulier tous les produits d’origine animale et le vin ou l’alcool.

Et la proposition de notre Eglise est d’observer le jeûne et l’abstinence pendant les 40 jours du carême, et la semaine Sainte, c’est-à-dire du mercredi des cendres au samedi-saint inclus.

On pourra relâcher un peu le jeûne le dimanche, qui est le jour du Seigneur, celui où normalement on est le plus avec Lui ?

Pour certains se priver de nourriture animale n’est absolument pas une difficulté et ils peuvent aisément s’en passer. C’est pour cela qu’il nous faut voir plus large.

«*Le jeûne n'est donc pas une simple abstinence de nourriture, mais plutôt une véritable attirance de notre cœur vers Dieu*», disait le patriarche Shenouda. Ainsi pour d’autres le jeûne prendra une autre forme. Par exemple, il portera sur une recherche de silence. Le silence pour l'homme moderne, est souvent vu comme une chose négative, comme une pure absence, alors que précisément c’est la condition de toute vraie présence. Le silence peut venir **d’une abstinence de paroles** souvent inutiles que nous disons par peur de nous retrouver face à nous-même. **Une abstinence de discussions** sur tout et sur rien, de discussions comme on dit ‘du café du commerce’, où nous nous répandons en critique, en médisance ou jugement sur l’un ou l’autre, où nous y allons de notre solution à tous les problèmes du monde. **Une abstinence de bruit de fond**. La radio, la musique que l’on écoute tout le temps par peur du silence, pour nous rassurer. Une ascèse de télévision que l’on regarde souvent par habitude pour occuper le temps. Découvrons que se passer d’une série TV, des nouvelles, des émissions de variétés, des matches de foot, des débats politiques, des émissions satiriques, des jeux… ne nous empêche pas de vivre. Le jeûne peut aussi porter sur une retenue dans notre habitude d’aller faire les boutiques (sur internet), ou autre… Chacun verra à quoi il est le plus accro. Soyons aussi plus sélectif dans nos lectures, choisissons des lectures plus spirituelles qui vont nourrir notre part divine et délaissons un peu internet, Google, Facebook, Twitter,…

Mais je vous avertis, bien sûr dans ce contexte, **l'âme, le moi ne va pas se laisser faire** il va se rebeller. Tout ce qui le contrecarre, l'irrite, le révolte, va le mettre en colère et il va se faire entendre. Le Tentateur sera là pour nous faire craquer et revenir à nos bonnes vieilles habitudes. Si dans ce combat que nous allons être amené à entreprendre, la prière n'a pas sa vraie place, l’expérience du jeûne risque d’être désastreuse.

Notre volonté propre est insuffisante pour résister à la déferlante de tentation qui va nous assaillir. Luc nous dit : *«Jésus, rempli du Saint Esprit, revint du Jourdain, et il fut conduit par l'Esprit dans le désert.* (Lc4,1*) »* Sans l’aide de l’Esprit-Saint notre carême sera un fiasco. Rappelez-vous que lorsque le Christ à Jeûner au désert ce n’est pas qu’une tentation auquel il a dû faire face, mais que par trois fois le diable est venu pour le tenter afin de Le faire tomber. Croyez bien que pour nous les tentations vont aussi être nombreuses. Sans l’aide de la prière et de l’Esprit-Saint nous échouerons.

Si nous persévérons nous allons voir que ce Carême est un temps propice pour mesurer le caractère souvent superficiel de nos relations. Relations aux choses matérielles, relations dans notre travail, relations avec les hommes et relations avec Dieu. Plus nous allons découvrir par le jeûne les masques, les artifices, les ruses de l'ego (et du satan) plus nous allons faire la place dans notre cœur pour Celui qui est «la Résurrection et la Vie».

Enfin s’il nous arrive de trébucher, de craquer de nous ‘précipiter sur un steak’, de retomber dans nos vieilles habitudes, gardons toujours à l’Esprit que notre jeûne est un acte d’amour vis-à-vis de Dieu. C’est une offrande, un acte de louanges à Dieu. Nous nous présentons devant Lui faible et vulnérable. Et lui nous ouvre les bras malgré toutes nos dispersions, nos hésitations, nos reniements. Il ne sert à rien de nous lamenter parce que nous avons été incapable de résister, Il ne sert à rien de dire ‘à quoi bon maintenant que j’ai fauté, que j’ai chuté, Je suis un misérable, un incapable’ et d’abandonner ; mais relevons nous et repartons. Implorons le pardon de Dieu, l’aide de l’Esprit et continuons sur notre chemin. Ayons comme mantra durant notre carême : *«Ô Dieu viens à mon aide, Seigneur hâte-toi de me secourir »*

Je vous disais que le Jeûne est un acte d’amour envers Dieu, mais il l’est aussi devant les hommes. Ce que nous allons économiser en nous privant volontairement de manger et boire ou de consommer le monde qui nous entoure, nous sommes invités à l’offrir à d’autres qui en ont besoin.

Que chacun d’entre nous nous puissions retrouver dans cette période de carême une véritable faim de Dieu. C’est le souhait que je vous fais.

 Père Bernard Février 2017

Achetez des livres et lisez-les immédiatement où que vous soyez grâce à Google Play.

[En savoir plus](http://books.google.com/help/ebooks/overview.html)