

## Dix raisons d'aimer le Carême

### Plan :

Dix raisons d'aimer le Carême.....	1
Introduction.....	1
1ère raison : La joie de faire pénitence !.....	1
2ième raison : Le jeûne purifie notre âme.....	2
3ième raison : le jeûne favorise la prière.....	2
4ième raison : le jeûne procure la joie corporelle.....	3
5ième raison : jeûner pour s'unir à Jésus dans sa mission rédemptrice. ....	4
6ième raison : donner l'aumône car elle nous rend semblables à Dieu.....	4
7ième raison : donner l'aumône car elle obtient le pardon des péchés.....	4
8ième raison : donner l'aumône, ainsi Dieu exaucera les prières.....	5
9ième raison : l'aumône nous procure la confiance au moment de la mort.....	6
10ième raison : faire l'aumône pour aimer en œuvres et en vérité.....	6
Conclusion: Imiter le Christ !.....	7

### Introduction

Le carême est cette période de quarante jours qui nous prépare à l'événement pascal. Le nom vient de « quadragésima », la quarantaine, rappelant les quarante années que le peuple hébreu passa au désert avant d'atteindre la terre promise. Celle-ci était au terme de tout un chemin de libération de l'esclavage. En lisant l'A.T. et spécialement le livre de l'Exode, nous voyons comment Dieu éduque son peuple à être réellement libre. Une libération politique, de l'esclavage matériel, ne suffit pas, il faut encore une libération de l'esclavage intérieur du péché. Voilà pourquoi Dieu donne les dix commandements à son peuple, comme dix conseils de vie. Si tu veux être heureux, tu ne tueras pas, tu honoreras tes parents etc.

Pour nous aussi, le carême est ce temps favorable pour nous libérer de nos esclavages intérieurs, de nos petites habitudes pécheresses. Traditionnellement, l'Eglise nous enseigne que le carême repose sur 3 piliers, la prière, le jeûne et l'aumône. Aujourd'hui je vais surtout aborder les deux derniers, car nous sommes tous déjà bien convaincus qu'il faut prier. Quant au jeûne et à l'aumône, c'est une autre paire de manches !

### 1ère raison : La joie de faire pénitence !

Souvent le carême n'a pas bonne presse, il évoque des visages tristes, des renoncements durs, un temps triste. Alors que c'est tout le contraire ! C'est le temps de l'amour qui se vérifie dans les actes : nous voulons « faire pénitence ». Encore un mot qui a mauvaise presse ! Souvent nous le comprenons mal. En effet, le mot « peine » peut évoquer deux dimensions :

- la punition qu'on m'inflige parce que j'ai mal agi, de dois « payer » pour réparer le mal commis. Cela est rarement réjouissant, d'autant plus que la sanction est imposé par un tiers : Ex : le juge qui me condamne à une amende pour excès de vitesse.

## *Enseignement Groupe de Prière St. Damien (févr.-2009) : 10 raisons d'aimer le Carême*

- Mais la « peine » peut aussi signifier l'effort que je décide d'accomplir pour aimer plus. Ce n'est que dans la lumière de l'amour de Dieu que je peux comprendre ce qu'est réellement la pénitence : Si j'ai expérimenté dans ma vie l'amour de Dieu, alors j'aurai à cœur de chercher à lui faire plaisir, à me donner de la peine pour convertir en moi ce qui blesse son amour. Vous en avez déjà sûrement fait l'expérience dans votre couple : j'ai fait une gaffe et j'ai blessé mon conjoint. Comme j'aimerais « payer » pour réparer le mal que j'ai fait, restaurer ce qui a été brisé. Voilà la pénitence : la peine qu'on se donne pour s'arracher à nos petites habitudes pécheresses.

Cet effort de conversion peut aller dans un double sens : d'abord envers soi-même, convertir notre amour de soi et ensuite grandir dans l'amour de nos frères et sœurs. Le jeûne et l'aumône sont deux moyens très efficaces pour grandir dans l'amour de Dieu et des autres. Je vais essayer de vous donner des raisons d'aimer le jeûne et l'aumône en m'inspirant d'un très beau petit livre qui vient de sortir. C'est une jeune dominicain d'une quarantaine d'année qui l'a écrit ... en 1575 ! Il s'appelle Louis de Grenade.

*Objection : Moi, j'ai l'habitude de faire trois repas par jour et si je jeûne, mon estomac souffre, ma tête me fait mal, je dors mal. De plus, j'occupe un poste à responsabilités, il faut que je sois en forme, ...*

Louis de Grenade rétorque que tout cela n'est que l'expression de notre nature humaine douillette qui se rebelle contre l'effort. Que faire ? Nous allons maintenant énumérer quatre motifs de jeûner pour nous laisser convaincre des bienfaits du jeûne jusqu'à vouloir librement choisir de le faire.

### **2ième raison : Le jeûne purifie notre âme.**

Les médecins sont unanimes pour affirmer qu'une petite période de jeûne permet d'éliminer les toxines du corps. Quand on a une grippe intestinale, rien de tel qu'un bon jeûne.

Combien plus cela est-il vrai pour notre âme ! Corps et âme sont liés et quand nous jeûnons, nous « domestiquons » notre âme aux œuvres spirituelles. C'est comme une rééducation. Quand la tentation nous pousse à la gourmandise, le jeûne permet de reprendre le contrôle sur notre corps. A chacun de choisir : soit les passions nous dominent, soit nous dominons nos passions, il n'y a pas d'alternative. Louis de Grenade écrit que « les jeûnes et mortifications corporelles sont comme une lime qui nettoie la rouille de nos péchés » (p. 101). Comme dit St Grégoire : « Il est juste de s'interdire les plaisirs permis quand on a recherché les plaisirs défendus; de s'affliger en de petites choses, quand on a le malheur de commettre de grandes fautes ».<sup>1</sup> Bref, c'est de l'auto-ré-éducation spirituelle par des renoncements corporels :

Ex : sauter un goûter, ne pas mettre de sel lorsque la soupe n'est pas assaisonnée, mais aussi carrément jeûner au pain et à l'eau le vendredi.

### **3ième raison : le jeûne favorise la prière.**

Le jeûne est une amie de la prière, explique Louis de Grenade. L'Écriture associe souvent ces deux vertus comme par exemple dans le Ps 34,13 : « J'affligeais mon âme par les jeûnes et je me livrais à l'oraison dans le secret de mon cœur » . En effet, le corps

<sup>1</sup> SAINT GRÉGOIRE LE GRAND, *Homiliarum in evangelia*, I, hom. 20 : PL 76, 1163.

*Enseignement Groupe de Prière St. Damien (févr.-2009) : 10 raisons d'aimer le Carême*

alourdi par la nourriture empêche l'esprit d'atteindre les hauteurs spirituelles. Comme dit Saint Basile : « le soldat de peut pas bien mener bataille s'il a trop de poids sur lui ».<sup>2</sup> Ou encore St Bernard : « Je m'abstiendrai de vin, parce que dans le vin est la corruption. Je n'userai de pain qu'avec mesure, afin que l'estomac chargé d'aliments ne me rende pas trop pesant pour l'exercice d l'oraison » .<sup>3</sup> Il faut manger d'une telle manière qu'après le repas on ait encore envie de ... prier ... et non de faire la sieste ! St Bernard dit que les deux vertus de la prière sont tellement liés, que l'un obtient l'autre. L'oraison obtient la vertu pour jeûner et le jeûne donne la grâce de prier et de se rapprocher de Dieu. D'ailleurs le faucon ou l'épervier ne chassent pas sinon quand ils sont à jeun. De même pour l'homme, il ne s'élève pas vers les hauteurs spirituelles, sinon avec l'aide du jeûne.

Sans vouloir anticiper le jugement de l'Eglise, il est tout de même frappant que les pèlerins fervents de Medjugorge ont retrouvé ce lien entre prière et jeûne, vu que les messages attribués à la Vierge Marie demandent de jeûner deux fois par semaine (mercredi et vendredi) au pain et à l'eau afin de mieux prier et se rapprocher de Dieu.

#### **4ième raison : le jeûne procure la joie corporelle**

Quoi ? le jeûne qui procure de la joie au corps ? N'est-ce pas une contradiction ? Louis de Grenade explique alors que le plaisir de manger ne vient pas de la multiplicité des plats et de leur variété, vu que les malades les repoussent en raison de leur manque d'appétit. Le jeûne, par sa sobriété, aiguise l'appétit et fait retrouver le joie de savourer les aliments simples d'une manière nouvelle. Comme le dit un passage du livre des Proverbes : « Une personne rassasiée foulera le miel aux pieds mais, si elle est affamée, elle trouvera doux ce qui est amer » (Pr 27,7). Ce n'est pas qu'une question de faim, comme le dit le proverbe populaire : « Quand on a faim, tout semble bon » mais c'est une question de ré-éducation des sens.

Le dominicain observe avec humour un autre trait de la joie corporelle que procure le jeûne : « *Prenez deux individus après leur repas et remarquez la différence. Le premier, repu, embarrassé, respirant à grand-peine, se reprochant sa voracité et prenant la résolution de n'y plus céder, se sent lourd et incapable de vaquer aux œuvres de l'intelligence ; le second est, au contraire, léger, dispos, maître de soi et propre à tout ce qu'il voudra entreprendre. Suivez-les maintenant chacun dans leur sommeil. Le plaisir que l'intempérant a goûté durant une heure est cruellement puni par une affreuse nuit de dix heures. Il la passe tout entière à gémir, à se retourner sur son lit, sans pouvoir jouir d'un instant de repos et appelant vainement un instant de sommeil. (...) Si, pourtant, on finit par s'endormir, c'est d'un sommeil agité, pénible et traversé par toutes sortes d'images et de fantômes. Puis on se lève fatigué, mécontent et la tête souffrant encore des tourments de la nuit. (...) S'il en est ainsi, à quoi bon sert la gourmandise, puisqu'elle ne procure même pas le bien « être corporel ? »<sup>4</sup>*

<sup>2</sup> SAINT BASILE, *De jejunio*, hom. 1 ; PG 31,182.

<sup>3</sup> ST BERNARD, In cant. Sermo 66, PL 183, 1097.

<sup>4</sup> Louis de Grenade, op. cit., p. 125-126.

**5ième raison : jeûner pour s'unir à Jésus dans sa mission rédemptrice.**

La raison ultime et suffisante à elle seule pour nous convaincre du bien-fondé du jeûne, c'est que cette vertu nous fait ressembler au Christ, « homme des douleurs » comme le dépeint Isaïe dans les Chants du Serviteur Souffrant. Lui qui a accepté de mourir sur une Croix, lui, le Juste, l'Innocent par excellence, et nous, qui ne sommes pas innocents, nous n'accepterions pas de souffrir un court instant dans notre corps ? De cette idée est né le jeûne monastique du vendredi, avoir un peu mal dans son corps, sentir un malaise, une faiblesse, pour s'unir à la passion du Christ ... et celle de tant d'hommes et de femmes de notre monde qui tous les jours ne mangent pas à leur faim.

L'apôtre St Paul est très clair sur l'importance du jeûne dans la vie du chrétien puisqu'il écrit dans l'Épître aux Galates : « Ceux qui appartiennent au Christ ont crucifié leur chair avec ses vices et ses convoitises » (Ga 5,24). Saint Pierre complète en disant : « de même que le Christ a souffert dans sa chair, ainsi nous devons nous armer et préparer pour souffrir pour lui » (1 P 4,1) parce que, affirme Paul, si nous souffrons avec lui, avec lui nous participerons à sa gloire. Voilà le calice que chacun est invité à boire afin d'être uni à Jésus dans sa mort et de ressusciter avec lui. Nous voilà tous convaincus, je l'espère, des bienfaits du jeûne, il reste à découvrir les trésors que nous accumulons ... en donnant l'aumône.

**6ième raison : donner l'aumône car elle nous rend semblables à Dieu**

Elle rend les hommes semblables à Dieu en ce qu'il y a de plus glorieux en lui, sa miséricorde (cf Lc 6,35-36). Plus la créature ressemble au Créateur, plus elle est parfaite. La créature en tout que telle est pauvre et nécessiteuse: à elle de recevoir et non de donner. Dieu, au contraire, est infiniment riche et puissant; à lui par excellence de donner et non de recevoir et conséquemment à lui de pardonner et de faire miséricorde (...).

Les miséricordieux bénéficieront d'une intimité toute particulière avec Dieu qui est lui-même miséricordieux car, comme dit l'axiome, tout être aime son semblable. Ainsi Dieu reconnaîtra les miséricordieux comme ses enfants. Si les hommes font tant de cas pour être proche de leur prince, à plus forte raison devons-nous estimer une vertu qui nous rend non seulement proches et amis de Dieu mais aussi semblable à lui.

**7ième raison : donner l'aumône car elle obtient le pardon des péchés**

Dans sa parole, Dieu montre combien il est disposé à faire miséricorde à ceux qui les sont pour leurs frères. Ainsi lit-on le Seigneur dit : *Bienheureux les miséricordieux, parce qu'ils obtiendront miséricorde* (Mt 5,7) et dans le livre de Tobie: *Consacre une partie de tes biens à l'aumône et ne détourne ton visage d'aucun pauvre. De la sorte, il arrivera que le visage du Seigneur ne se détournera pas de toi* (Tb 4,7). Mais l'Esprit-Saint ne se contente pas de cela, il va encore plus loin en montrant Dieu comme « captif » de l'homme miséricordieux selon le témoignage des Proverbes: *celui qui a pitié du pauvre prête au Seigneur avec usure* (Pr 19,17). Quoi de plus précieux que de

*Enseignement Groupe de Prière St. Damien (févr.-2009) : 10 raisons d'aimer le Carême*

posséder la clé des entrailles de la miséricorde de Dieu? Sois donc miséricordieux envers ton prochain et tu obtiendras la miséricorde de Dieu (p. 149)

L'Écriture atteste en de nombreux passages que la miséricorde obtient le pardon des péchés. Ainsi lit-on dans le Siracide: *L'eau éteint l'ardeur du feu et l'aumône résiste aux péchés* » (Si 3,33); ou dans les Proverbes: *Le bienfait caché apaise le courroux et le présent versé dans le sein du pauvre calme la plus profonde indignation de Dieu* » (Pr 21,14). Tobie enseignait à son fils que *l'aumône délivre du péché, de la mort et des ténèbres* (Tb 4,11). Lorsque Daniel eut annoncé à Nabuchodonosor les maux prêts à fondre sur lui, il ne sut indiquer un remède plus efficace que l'aumône: *Puisse mon conseil t'être agréable. Rachète tes péchés par des aumônes, et tes iniquités en exerçant la miséricorde à l'égard des pauvres* (Dn 4,24). Notre Seigneur lui-même, dans une parole de son Évangile, résume tout cela: *Donnez le superflu en aumône et toutes choses vous deviendront pures* (Lc 11,41).

Les Pères nous ont d'ailleurs enseigné que les pauvres sont en réalité nos médecins et leurs besoins sont autant de remèdes propres à nous guérir du péché. Donc, partage bien ton argent. Il se consumera, il est vrai, mais en même temps, il consumera nos péchés.

### **8ième raison : donner l'aumône, ainsi Dieu exaucera les prières**

Si vous exaucez les cris du pauvre qui implorait votre pitié, il sera juste que Dieu exauce vos cris, quand vous implorerez la sienne. C'est bien le conseil que le prophète Isaïe donne: *Romps le pain avec celui qui a faim, introduis dans ta maison les malheureux et les voyageurs, couvre ceux qui n'ont pas de vêtement*, pour ajouter ensuite: *Alors tu invoqueras le Seigneur et il t'entendra, tu crieras et il te répondra : « Me voici, parce que je suis miséricordieux, dit le Seigneur »* (Is 58,7-9). Les miséricordieux seront ainsi entendu de Dieu, même s'ils restent muets, parce que la miséricorde elle-même prendra la voix à leur place, comme l'explique l'Écclésiaste: *Cache l'aumône dans le sein du pauvre, elle parlera pour toi auprès de Dieu* (Si 39,15).<sup>5</sup>

Cela nous est merveilleusement illustré par les Psaumes écrit dans le souffle de l'Esprit-Saint: *Heureux l'homme sensible aux besoins du pauvre et de l'indigent: le Seigneur le protégera dans les jours mauvais. Daigne le Seigneur le conserver, prolonger sa vie, le rendre heureux sur la terre et ne pas l'abandonner aux desseins de ses ennemis!* (Ps 40,2-4). De même Isaïe affirme: *Lorsque tu répandras ton cœur sur celui qui a faim et que tu rempliras de consolation l'âme affligée, ta lumière luira dans les ténèbres et tes ténèbres resplendiront comme le soleil à son midi* (Is 58,10). Par conséquent, l'homme fut-il plongé dans l'angoisse, Dieu viendrait le visiter et le consoler sans tarder. Voyez l'exemple de Tobie qui avait toujours volé au secours de ses frères. Lorsqu'il fut atteint par le chagrin et la cécité, Dieu ne l'oublia pas et le délivra de ses peines (cf. Tb 4,10). Voilà notre conclusion: la conduite du Seigneur envers Tobie est celle que peuvent espérer avec confiance les miséricordieux.

<sup>5</sup> A l'inverse, celui qui n'entend pas les cris du pauvre ne sera pas entendu par Dieu; comme l'enseigne le Sage: *Celui qui refusera d'écouter les cris du malheureux, celui-là criera et ne sera pas entendu.* (Pr 21,13).

**9ième raison : l'aumône nous procure la confiance au moment de la mort**

Que peut-on souhaiter par-dessus tout cela? Le plus grande et la plus digne de toutes est la confiance et la protection qu'auront les miséricordieux le jour du Jugement. Comme le dit Tobie, grande sera la confiance de ceux qui ont pratiqué l'aumône et l'ont exercée devant Dieu (cf. Tb 4,12). Le Siracide affirme même que, devant l'accusation du démon, l'aumône combattra d'une manière plus décisive que la lance et le bouclier du vaillant (Si 29,18).

Combien est-il donc sage de placer nos trésors dans le ciel et d'y transporter ce que nous serons forcés de laisser sur la terre! Voilà pourquoi le Seigneur nous exhorte à faire dans les cieux *des trésors qui ne s'épuisent jamais: là ni les voleurs, ni les vers n'y peuvent rien* (Mt 6,19). Et ailleurs: *Employez l'argent trompeur à vous faire des amis. Quand vous serez morts, ils vous recevront dans les demeures éternelles* » (Lc 19,6). Pourquoi n'enverrions-nous pas notre fortune là où doit s'écouler toute notre vie?<sup>6</sup> Quelle folie, s'écriait St Jean-Chrysostôme, de la mettre dans un lieu où nous ne faisons que passer ? Or les pauvres sont nos banquiers à qui nous pouvons le confier sans crainte, les messagers qui le transporteront sans dommage dans la patrie, qui rapporte au centuple (Mt 26,12). Garder les richesses, c'est les perdre; les distribuer en aumône, c'est les conserver. Seule fructifie pour ton âme ce que tu as donné généreusement, considère le reste comme perdu. Bref, donne l'aumône, c'est faire de l'épargne-pension pour la vie éternelle.

Rappelez-vous que Jésus nous a enseigné: La mesure dont vous vous servez pour les autres servira aussi pour vous (Lc 6,38); et aussi, dans l'épître de St Jacques : la miséricorde l'emporte sur le jugement (Jc 2,13). Qu'ajouter encore, sinon que Matthieu 25 affirme avec force cette loi de la réciprocité ! Nous nous sommes obligés nous-mêmes: « Ce que vous avez fait à l'un de ses petits, c'est à moi que vous l'avez fait » (Mt 25,45). Quelle parole admirable qui donnera au miséricordieux d'entendre la voix du Fils leur dire: Venez, les bénis de mon Père! Cela seul suffirait, ajoute Louis de Grenade, non seulement à faire l'aumône, mais pour aller par la mer et sur la terre chercher qui faire miséricorde pour avoir la joie d'entendre une telle parole. Voilà la merveille de l'amour de Dieu: Dieu se cache dans le pauvre et c'est celui-ci qui tend la main, mais c'est Dieu qui reçoit et c'est lui qui nous donnera la récompense.

**10ième raison : faire l'aumône pour aimer en œuvres et en vérité.**

Certains objecteront que tout ceci invite à la miséricorde sans nous y obliger car il y a d'autres moyens de sanctification. A cela, Louis de Grenade répond par la négative en rappelant que l'Écriture enseigne que l'aumône est une obligation pour ceux qui en ont les moyens. Si en Mt 25 le Seigneur accueille les miséricordieux, il rejette ceux qui se sont montrés cruels et inhumains (cf. Mt 25,41-44). Car comme dit St Jacques, un jugement sans miséricorde attend les hommes qui n'ont pas usé de miséricorde (Jc 2,13).

<sup>6</sup> Non pas dans un paradis fiscal ... mais dans le paradis tout court!!!!

*Enseignement Groupe de Prière St. Damien (févr.-2009) : 10 raisons d'aimer le Carême*

Le Seigneur lui-même avertit dans la parabole du pauvre Lazare, les riches inhumains qui, avec des coffres remplis de biens, laissent les indigents périr de faim (cf. Lc 16,20-21). Rappelons-nous la redoutable sentence de St Jean, repli de douceur, mais extrêmement nette: *Si quelqu'un, possédant les biens de ce monde, voit son frère souffrir de la nécessité et lui ferme ses entrailles, comment conservera-t-il la charité divine.? Mes petits enfants, n'aimons pas en paroles et du bout des lèvres, mais en œuvres et en vérité* (1 Jn 3,17-19).

### **Conclusion: Imiter le Christ !**

En plus de toutes les raisons qui viennent d'être développées en faveur de la miséricorde, il y a encore cette parole de Paul : « *Vous connaissez frères, quelle a été la grâce et la miséricorde du Christ envers nous; de riche qu'il était, il s'est fait pauvre, afin de nous enrichir par sa pauvreté* » (2 Co 8,9). **Or, si Dieu a daigné se faire pauvre par amour pour les hommes, que feront les hommes par amour pour Dieu?** Qui refusera un morceau de pain à celui qui s'est livré pour nous tout entier? Qui n'endurera un peu de gêne et de privation pour celui qui a souffert de la mort de la Croix?