

La pratique du jeûne

Le Carême est une période de jeûne et d'approfondissement de la foi.

La signification du Grand Carême ne peut être saisie qu'au regard de sa destination : la fête de Pâques.

L'Église met en garde contre le risque d'une rigueur excessive dans le rituel. C'est ainsi que la liturgie rappelle, lors de la période précédant le carême, la parabole du Pharisien et du Publicain ; mais plus important encore, la liturgie de Pâques, dans l'homélie de saint Jean Chrysostome, énonce :

« Que vous ayez jeûné ou non, réjouissez-vous aujourd'hui. La table est préparée, goûtez-en tous ; ...que nul ne s'en retourne à jeun. ...Que nul ne se lamente sur ses fautes, car le pardon a jailli du tombeau. Que nul ne craigne la mort, car celle du Sauveur nous en a délivrés. »

Le jeûne n'est pas seulement un ensemble de règles alimentaires : en tous cas, le carême ne saurait y être identifié. C'est avant tout un épurement du superflu et des entraves au rapport avec Dieu. Le carême a pour objet de ramener le fidèle à l'essentiel. Jésus-Christ répliqua à Satan qui essayait de l'éprouver dans son jeûne au désert : *« L'homme ne vit pas seulement de pain »* (Matthieu, 4,4). Le jeûne est un effort pour se libérer des désirs qui asservissent l'esprit à des biens non essentiels.

Cependant, les Pères affirment que cet effort n'est rien sans le secours de la prière (il ne s'agit pas d'arriver seulement à une maîtrise de soi, mais bien de réorienter son désir). Une parole mémorable (un *apophtegme*) d'un Père du désert, souvent citée dans le rite byzantin, affirme que l'on ne peut se glorifier de jeûner sans prier et sans amour, car les démons jeûnent eux aussi (car ils n'ont pas besoin de manger). L'Église condamne par ailleurs toute volonté de performance dans le domaine des règles alimentaires — ce qui serait en fausser le sens — comme le révèle cet autre célèbre apophtegme :

« Abba Isaac vint chez Abba Pæmen. Il le vit en train de se verser un peu d'eau sur les pieds ; comme il était très libre avec lui, il lui demanda : "Pourquoi certains ont-ils fait preuve d'intransigeance en traitant durement leur corps ?" Abba Pæmen répondit : "Nous, nous n'avons pas appris à tuer le corps, mais à tuer les passions." Et il dit encore : "Tous les excès viennent des démons." »

Le jeûne alimentaire

Pendant le Grand Carême, la plupart des fidèles pratiquent un jeûne alimentaire qui répond à certaines règles générales : s'abstenir totalement de viande et de laitages. Cependant, ces règles ne doivent pas être appliquées aveuglément : selon la tradition des Églises d'Orient toute décision de jeûner se fait en

consultation avec son Père spirituel (généralement son confesseur) afin d'en définir les modalités, adaptées à la personnalité de chacun (c'est ainsi que certains Pères, paradoxalement, peuvent recommander du repos à ceux qui sont incapables de s'en accorder).

Ces règles de jeûnes alimentaires doivent s'accompagner d'une prière personnelle et ecclésiale plus intense, de lectures et méditations, d'efforts spirituels, d'assistance aux offices de l'église, sans quoi elles perdent tout intérêt spirituel et omettent ce qui en constitue le sens.

Il est de coutume de ne célébrer ni fête, ni mariage durant le Grand Carême, afin d'en respecter le "ton". Ce ton particulier au carême porte le nom de "radieuse tristesse" (du grec ancien : χαροποιὸς πένθος, « tristesse produisant la joie ») : durant le carême, la joie véritable résulte de l'effort à se détacher des entraves matérielles.

De même, la liturgie eucharistique, considérée comme une véritable fête, n'est jamais célébrée durant les jours de semaine pendant le Carême. Les dimanches de carême, on célèbre la Liturgie de Saint Basile, plus longue et plus solennelle.

Il existe cependant un office de communion durant la semaine, appelé liturgie des Dons Présanctifiés, au cours de laquelle les fidèles communient aux dons déjà consacrés le dimanche précédent.