**La joie et la beauté du carême**

*Commençons joyeusement le temps du Carême. Engageons-nous nous-mêmes dans le combat spirituel, lavons notre âme et purifions notre corps, ne nous abstenons pas seulement de nourriture mais de toutes les passions, cultivons les vertus de l’esprit, ayons le désir de persévérer en elles et puisions-nous tous être jugés dignes de contempler la très sainte Passion du Christ notre Dieu, et dans la joie spirituelle, la sainte Pâque.[[1]](#footnote-1)*

Le monde nous entoure, nous presse, nous épuise et nous dévore, corporellement, psychiquement et spirituellement. Pas seulement le monde actuel, qui n’est ni pire ni meilleur qu’autrefois, mais le monde tout court, c’est-à-dire le monde sans Dieu, ou plutôt le monde sans homme porteur de Dieu.

L’homme porteur de Dieu, c’est évidemment le Christ ; il nous révèle la beauté du monde : « *regardez les lys des champs, même Salomon dans sa gloire n’était pas revêtu comme l’un d’entre eux[[2]](#footnote-2)* ». Toute la théologie orthodoxe est pleine de cette certitude : le monde créé par Dieu, même en dehors du Paradis terrestre, est beau ! Même le fruit de l’arbre de la connaissance est beau et magnifique (avant la transgression).

L’homme porteur de Dieu, c’est aussi, par la grâce de l’Esprit reçu au baptême, le chrétien baptisé. S’il est profondément tourné intérieurement vers Dieu, dans son regard, la beauté des choses et surtout la beauté du prochain transparaît, quelles que soient les faiblesses et les laideurs apparentes. C’est la fonction des saints : rendre grâce pour tout, révéler la beauté de la volonté divine en tous et en tout.

Entrons avec joie dans l’océan du carême : voici le temps du combat, voici le temps béni où nous allons pouvoir enfin être sérieux et libérés.

Car nous sommes trop souvent des enfants pas sérieux, distraits par nos jeux intérieurs, jusqu’à oublier que nous sommes prisonniers de nos passions. Heureusement, Dieu nous rappelle, à travers les épreuves, combien nous sommes prisonniers, et la douleur de ce rappel s’avère être une grâce, comme le fils prodigue de l’évangile qui, se trouvant dans la détresse et croyant pouvoir l’éviter dans l’esclavage, comprend qu’il a encore un père et se retourne vers lui.

Comment se retourner ? Comment se repentir ? L’évangile, et à sa suite les pères orthodoxes, ont tracé et balisé le chemin. C’est une route étroite, mais elle conduit à la vie.

Sortir d’Egypte, renoncer au Pharaon spirituel, et traverser le désert : pourquoi sortir d’Egypte si c’est pour aller dans le désert ? *« N’y avait-il donc pas des sépulcres en Égypte, que tu nous aies menés mourir au désert ? Que nous as-tu fait, en nous faisant sortir d’Égypte ?[[3]](#footnote-3) ».* La réponse est donnée par Moise et les prophètes : garder la foi en Dieu et abandonner les idoles.

Car en nous observant bien, nous voyons que nous sommes idolâtres :

* du corps : notre ventre, notre sexe, notre santé, avec leur cortège d’images et de médias
* De l’argent et du pouvoir, instinct de propriété et domination d’autrui : dans le travail, y compris dans le monde associatif et syndical, dans notre couple et avec nos enfants, dans l’église aussi
* Des idées, certitudes et concepts : politiques, moraux, religieux, y compris sur Dieu (saint Grégoire de Nysse disait que toute pensée conceptuelle pour atteindre Dieu est une idole de Dieu)

Pour sortir de l’idolâtrie, les pères sont unanimes : la première des passions fondamentales[[4]](#footnote-4), c’est le plaisir de manger, ou plutôt le désir de manger en vue du plaisir. Celui d’ Adam et d’Eve au Paradis. Et comme cette passion engendre toutes les autres, il faut commencer par son contraire : le jeûne du ventre.

C’est le premier aspect du carême, souvent le seul retenu. Car d’autres jeûnes doivent l’accompagner pour combattre toutes les autres idoles.

**Jeûne du ventre**

Il ne s’agit pas seulement d’un régime alimentaire, par abstinence de telle ou telle nourriture : c’est le petit bout du sujet, c’est une vision réductrice du jeûne.

Il s’agit de renoncer à la consommation de nourriture en vue du plaisir et de la satiété. Ce renoncement permet d’éprouver la faim, une faim qui devient un souvenir constant de la priorité à donner à Dieu.

Remarque : il est tout à fait possible, contrairement à certaines thèses hétérodoxes, de restreindre le plaisir du ventre, même en cas de maladie, mais bien entendu avec discernement. Ecoutons saint Cassien, le maître spirituel de l’Occident :

*L’infirmité du corps n’est pas un obstacle à la pureté du cœur, lorsque, pour la nourriture, on obéit à ses besoins plutôt qu’à son plaisir. La règle est de prendre ce qui suffit pour vivre, et non pas tout ce que demande notre appétit. Les aliments plus nourrissants qui servent à rétablir la santé ne nuisent pas à la pureté, dès qu’on les prend avec modération. Ce qu’ils ont de plus fortifiant est absorbé par la faiblesse et le travail de la maladie.[[5]](#footnote-5)*

Manger c’est se nourrir du monde, c’est entrer dans la loi de la nécessité (il faut manger pour vivre). De même que les aliments vont aux excréments, notre corps va à la mort. Jeûner, c’est dire symboliquement non à la nécessité de la mort, c’est poser un acte de maîtrise de soi et de liberté. Toutes les traditions spirituelles de l’humanité sont unanimes[[6]](#footnote-6) : la maîtrise de soi et la voie vers Dieu commencent par le ventre.

**Pas seulement le ventre**

Jeûner ce n’est pas seulement de nourriture. Le carême est l’occasion de mesurer combien la passion consommatrice s’exerce partout dans notre corps :

* Après le ventre, le bas-ventre : inutile de souligner l’évidente propagation des libertés sexuelles et des imaginations correspondantes
* Les paroles : le temps du carême est une occasion de redécouvrir le silence, et la paix qu’il procure. Mais c’est aussi le temps d’une parole mesurée qui réconforte, qui soulage, qui est source de charité fraternelle.
* Le sommeil : évitons la paresse du lit et prenons un peu de notre temps de sommeil pour la prière, selon un rythme personnel mais rigoureux et intransigeant.
* Les distractions : le jeûne des yeux et des oreilles (télévision, smartphone, musiques, journaux) est souhaitable. L’actualité du monde peut se passer de nous quelque temps !

**L’aumône et la charité fraternelle**

Aumône et charité sont les antidotes de l’idolâtrie de l’argent et du pouvoir.

Les pères (notamment St Jean Chrysostome) sont unanimes : les restrictions liées aux différents jeunes du carême doivent être réinvesties dans la charité envers les pauvres.

L’aumône est un devoir du chrétien : *« vous avez reçu gratuitement, donnez gratuitement ».* Mais sans vaine gloire : *« que ta main droite ignore ce que fait ta main gauche »*

Certains m’ont dit qu’ils avaient toujours dans la poche des pièces de 2€, faciles à donner à chaque mendiant qui le demande, vu qu’en faisant le bilan cela représente finalement très peu dans leur revenu. Chaque mendiant rencontré est comme un ange de Dieu sur notre route : *« N’oubliez pas l’hospitalité ; car, en l’exerçant, quelques-uns ont logé des anges, sans le savoir.[[7]](#footnote-7) »*

La charité fraternelle est magnifiquement exaltée par le Christ, elle est le contenu du Jugement de Dieu : *« ce que vous avez fait au plus petit d’entre les miens c’est à moi que vous l’avez fait* ». Relisons donc ce chapitre 25 (31-46) de Saint Matthieu : c’est clair et net, jugeons-nous nous-mêmes là-dessus.

**La prière**

Là se trouve le sommet de la voie du carême. La prière est une amitié avec Dieu, et elle sera d’autant plus pure que nous aurons préalablement quitté nos idoles.

La prière est d’ailleurs le seul moyen de détruire le troisième type d’idole, que sont les idées, les concepts et les pensées. Car prier c’est un renversement « copernicien » : au lieu que ma pensée soit mon centre et que je sois le centre du monde, c’est Dieu qui devient mon soleil et mon centre. Je cesse de penser Dieu (ou tout faux dieu idolâtré) ou de l’imaginer : « *Si quelqu’un vous dit alors : Le Christ est ici, ou : il est là, ne le croyez pas*.[[8]](#footnote-8) »

Trois formes de prières sont possibles et complémentaires. Il est bon de les pratiquer ensemble durant la sainte Quarantaine :

* La prière liturgique de l’église : durant le carême, nombreux sont les offices de repentir et la communion est plus fréquente, avec la liturgie des Présanctifiés. Un repentir en communauté est une grâce vraiment exceptionnelle et merveilleuse !
* La prière psalmodique personnelle : prière des psaumes ou d’un office particulier (par exemple petites complies) ou simplement les prières habituelles du matin et du soir, avec lecture des textes bibliques.
* La prière de Jésus : prendre un temps de silence et invoquer le Nom du Dieu incarné, Jésus, en écartant autant que possible toute pensée et toute image : « *persévère dans le Nom du Seigneur, afin que le cœur absorbe le Seigneur, et que le Seigneur absorbe le cœur[[9]](#footnote-9)* »

*Voici le temps favorable, voici le temps du repentir ! Rejetons les œuvres de ténèbre, endossons les armes de lumière ! Traversons le grand océan du Carême pour atteindre la résurrection du troisième jour de notre Seigneur et Sauveur Jésus Christ.[[10]](#footnote-10)*

Jean Charmois

1. Vêpres du pardon (1ères vêpres du carême) [↑](#footnote-ref-1)
2. Matthieu 6, 28 [↑](#footnote-ref-2)
3. Exode 14,11 [↑](#footnote-ref-3)
4. Les pères distinguent 8 passions ou pensées fondamentales (ce sont les 7 péchés capitaux en occident, qui en a perdu un…) : la consommation, la fantaisie sexuelle, l’amour de l’argent, la tristesse, la colère, l’acédie, la vaine gloire et l’orgueil. [↑](#footnote-ref-4)
5. Conférence n°5 , 7 [↑](#footnote-ref-5)
6. Sauf les religions sécularisées d’aujourd’hui ! [↑](#footnote-ref-6)
7. Hébreux 13, 2 [↑](#footnote-ref-7)
8. Matthieu 24, 23 [↑](#footnote-ref-8)
9. St Jean Chrysostome, cité par la Philocalie [↑](#footnote-ref-9)
10. Vêpres du pardon [↑](#footnote-ref-10)