

# Respire

Le **Carême** n'est pas un temps de tristesse, bien au contraire ! Il s'agit de préparer la fête de Pâques c'est-à-dire de la Résurrection du Christ d'entre les morts, de la victoire de la vie sur la mort. Le renouveau de la prière, l'insistance sur le partage et l'entraînement à la maîtrise de soi, tout spécialement recommandés pour le temps du Carême, nous invitent à la joie.

Toutes les démarches du Carême chrétien sont vécues dans une atmosphère de simplicité et de joyeuse espérance, afin de nous ouvrir au Seigneur Ressuscité qui apporte la lumière et le salut.

## Quels sont nos désirs les plus profonds ?

Le jeûne a pour but de donner soif et faim de Dieu et de sa parole. Il n'est pas seulement un geste de pénitence, mais aussi un geste de solidarité avec les pauvres et une invitation au partage et à l'aumône. C'est une privation volontaire de ce qui nous rassasie : un peu de nourriture peut-être, mais aussi de ces redoutables pièges à désir que sont le tabac, l'alcool, la télévision, l'ordinateur... Tout ce qui met notre vie sous la tyrannie de l'habitude et du besoin.

Avant que le manque de nourriture ne devienne une trop grande gêne, il a le temps de se rappeler que le repas nourrit son corps, comble son ventre, mais qu'il a d'autres besoins à combler. Jésus pendant ses 40 jours de jeûne au désert dit : « *Il est écrit que l'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui vient de la bouche de Dieu.* »

## Quelques pistes pour vivre le jeûne

- Prendre Jésus au mot et imaginer des Paroles qui peuvent nourrir le cœur avant que la nourriture ne remplisse le ventre.
- Prendre conscience de la chance que l'on a de pouvoir se nourrir quand d'autres dans le monde ont faim et prendre le temps d'un remerciement.
- Attendre celui avec qui l'on doit partager le repas et préparer son cœur à l'accueillir.
- Penser à celui que la misère privera de repas et préparer une forme de partage.
- Méditer sur ce qui nous manque autant que le pain : quel soin prend-on de ceux que l'on aime, savent-ils qu'ils comptent pour nous ?

*Seigneur, aide-nous à entrer  
dans la pureté du jeûne.*

*Nous qui jeûnons dans le corps,  
apprends-nous à jeûner aussi dans l'esprit,  
à délier tout lien d'injustice,  
à briser les violences.*

*Permetts que nous donnions du pain  
à ceux qui ont faim,  
que nous ouvrons nos maisons  
aux pauvres, qui n'ont pas de toit,  
afin de recevoir du Christ  
le grand amour.*

Source : site @  
[eglise.catholique.fr](http://eglise.catholique.fr)



# Évangile

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer. Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous auprès de votre Père qui est aux cieux. Ainsi, quand tu fais l'aumône, ne fais pas sonner la trompette devant toi, comme les hypocrites qui se donnent en spectacle dans les synagogues et dans les rues, pour obtenir la gloire qui vient des hommes. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite, afin que ton aumône reste dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. Et quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites : ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. Et quand vous jeûnez, ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites : ils prennent une mine défaite pour bien montrer aux hommes qu'ils jeûnent. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage ; ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des hommes, mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret ; ton Père qui voit au plus secret te le rendra. »

Saint Matthieu 6,1-6.16-18

## Réflexions

L'évangile du mercredi des Cendres nous invite à vivre sous le regard de Dieu, et non sous celui de nos semblables ou sous le nôtre, qu'il soit complaisant ou exigeant.

Jésus invite chacun à s'interroger sur les motivations qui le conduisent à le partage, le jeûne et la prière, toutes trois impliquant la relation à autrui, à soi-même et à Dieu.

*Et moi, comment suis-je prêt à vivre ces invitations de Jésus ?*

Témoignages  
de catéchumènes

## Le Carême, chemin vers le baptême

Dans nos établissements, des enfants ou des jeunes se préparent au baptême, soyons attentifs et accompagnons-les par nos prières.

Durant le Carême, les catéchumènes se préparent au baptême à travers une démarche d'initiation par laquelle ils entrent progressivement dans la foi chrétienne et dans l'Église catholique. C'est le temps d'ultime préparation pour les futurs baptisés de la nuit de Pâques.

L'appel décisif est une étape importante. Pour les adolescents, il a lieu le deuxième dimanche de Carême. Lors de cette célébration, l'évêque rassemble les catéchumènes avec la communauté paroissiale. Chacun d'eux est appelé par son nom. L'évêque leur impose les mains pour que l'Esprit Saint les fortifie dans leur marche de nouveaux disciples. La présence de l'évêque signifie que c'est non seulement leur communauté paroissiale qui accueille les catéchumènes mais aussi l'Église dans son universalité.

À Pâques, la célébration des baptêmes manifeste le sens profond de cette grande fête chrétienne : c'est Jésus, le Christ, qui par sa mort et sa résurrection ouvre le croyant à une nouvelle naissance pour vivre en Alliance avec Dieu. **C'est le don du Christ qui est chemin, vérité et vie.**



*« Les catéchumènes que nous accompagnons vers les sacrements de Pâques attendent de voir en nous les signes d'une vie transformée par le baptême. Prions le Seigneur pour eux et pour nous. En nous stimulant les uns les autres dans la conversion, que nous soyons prêts à vivre la grâce de Pâques. »*

(RICA 143)

Appel décisif : dimanche 13 mars, 11h  
église Saint- Félix, Nantes

n°7