

Tout savoir sur le Carême



Qu'est-ce que le Carême ?

Le mot *Carême* provient de la contraction du mot latin *quadragesima*, qui signifie « quarantième, » en référence à sa durée de 40 jours. Cette durée rappelle le pèlerinage de quarante ans au désert que les Hébreux ont vécu pour se préparer à rentrer en terre promise, après être sortis d'Égypte sous la conduite de Moïse. Après son baptême, le Christ lui-même a passé quarante jours au désert de combat spirituel contre le démon.

Marc chapitre 1 : ⁹ Et il advint qu'en ces jours-là Jésus vint de Nazareth de Galilée, et il fut baptisé dans le Jourdain par Jean. ¹⁰ Et aussitôt, remontant de l'eau, il vit les cieux se déchirer et l'Esprit comme une colombe descendre vers lui, ¹¹ et une voix vint des cieux : « Tu es mon Fils bien-aimé, tu as toute ma faveur. » ¹² Et aussitôt, l'Esprit le pousse au désert. ¹³ Et il était dans le désert durant quarante jours, tenté par Satan. Et il était avec les bêtes sauvages, et les anges le servaient.

L'Église nous propose aussi d'entrer, à la suite du Christ, dans un combat spirituel plus intense pour nous préparer à la fête de Pâque célébrant la Résurrection de Jésus, le jour le plus important de l'année pour les chrétiens.

Comment rentre-t-on en Carême ?

Dans le monde entier, les catholiques rentrent tous en Carême le même jour, le mercredi des Cendres, qui sera célébré le 6 mars cette année. L'aumônerie de Massy est particulièrement invitée à 12h15 à Sainte Marie Madeleine.

Il s'agit d'une messe obligatoire pour tout catholique, au cours de laquelle nous recevons sur notre front un peu de cendres, fabriquées à partir des Rameaux de l'an dernier. Les cendres signifient deux choses :

- elles nous rappellent que nous ne sommes qu'un peu de poussière, peu de chose devant la grandeur de Dieu et du monde. *Genèse 2,7* : Yahvé Dieu modela l'homme avec la poussière du sol, il insuffla dans ses narines une haleine de vie et l'homme devint un être vivant.
- elles sont un signe de pénitence, pour montrer que nous regrettons nos péchés. *Jonas chapitre 3 :* ⁴ Jonas pénétra dans la ville; il y fit une journée de marche. Il prêcha en ces termes : « Encore quarante jours, et Ninive sera détruite. » ⁵ Les gens de Ninive crurent en Dieu; ils publièrent un jeûne et se revêtirent de sacs, depuis le plus grand jusqu'au plus petit. ⁶ La nouvelle parvint au roi de Ninive; il se leva de son trône, quitta son manteau, se couvrit d'un sac et s'assit sur la cendre.

Le mercredi des Cendres est aussi un jour de jeûne.

Quand le Carême prend-t-il fin ?

Le Carême s'arrête au matin du Jeudi Saint avec le début du Triduum pascal, les trois jours saints qui font mémoire de la mort et de la Résurrection du Christ. A partir du Jeudi Saint au soir, durant tout le Vendredi Saint et jusqu'au Samedi Saint au matin, l'Église nous demande de jeûner.

Que demande l'Église pendant le Carême ?

A la suite des commandements du Christ, l'Église demande de :

- prier plus et avec plus de cœur, au moins un peu chaque jour
- se confesser
- jeûner le mercredi des Cendres et le Vendredi Saint
- ne pas manger de viande les vendredis de Carême
- économiser un peu sur son argent pour partager avec des personnes plus pauvres que nous ou donner à une œuvre caritative

Remarque : Le jeûne est d'abord de s'abstenir de nourriture (pas de s'abstenir d'eau !). L'Église déconseille aux mineurs de jeûner intégralement. Les jours de jeûne, ils peuvent se priver d'un dessert, de bonbons ou de toute chose agréable, mais pas se priver totalement de nourriture. Ces jours là, on peut aussi jeûner de téléphone, de vidéos, de jeux, etc.

Que puis-je faire de plus pendant le Carême ?

Outre les demandes ci-dessus, nous sommes appelés à faire un effort personnel supplémentaire pour corriger de mauvaises habitudes, nous réconcilier avec quelqu'un, être plus aimable au quotidien, être bien fidèle à la messe chaque dimanche, etc. Chacun doit pouvoir trouver son effort de Carême. Notez-le sur un papier et gardez-le sur votre bureau pour y penser !

Une petite prière à dire pendant le Carême

Ô Jésus, mon Seigneur et mon Sauveur, pendant ce Carême, je veux m'unir à vous, priant et jeûnant au désert, à vous qui avez voulu souffrir et vous humilier pour moi.

Par votre solitude et votre silence, détachez-moi des créatures et attirez-moi à vous.

Par votre faim et vos privations, ouvrez-moi à vos grâces et augmentez mon désir de vous.

Par vos tentations et vos souffrances, fortifiez-moi dans mes combats.

Apprenez-moi à vivre avec vous et en vous, afin que dans le monde et les épreuves, rempli de vous et de votre vie, je ne rayonne que de vous et de votre joie. Amen.

Prière du Cardinal de Bérulle