Clermont-Ferrand, le 02 Février 2021

Bonjour,

Cette année 2021, nous risquons fort de vivre à nouveau un carême particulier. Probablement pas aussi cloîtrés qu’en 2020, mais pas non plus selon ce que nous avions l’habitude de vivre les années précédentes.

Nous avons pris l’habitude de nous réadapter en permanence, nous nous trouvons souvent à préparer des choses qui finalement ne peuvent se réaliser comme nous les avions prévues ; en bref, nous n’avons pas le contrôle de tout.

C’est très inconfortable, cela peut être stressant, mais cela nous donne aussi la possibilité, parce que nous ne maîtrisons pas tout, de nous mettre davantage à l’écoute de Dieu, de nous laisser guider par lui.

Puisse l’Esprit Saint nous guider et nous éclairer, dans l’accompagnement des jeunes et des adultes auprès desquels nous sommes envoyés.

Avec la force que le Christ nous donne, je souhaite une belle marche vers Pâques à chacune et chacun,

Fr. Loïc BOURNAY, o.p.

Pour la Pastorale de l’Enseignement Catholique.

Un entraînement à la vie chrétienne

**Quel sens donner aux efforts de carême ?**

Le temps du carême est généralement associé à un temps d’efforts dont on se prend parfois à espérer que plus ils seront pénibles, moins ils dureront longtemps. Pourtant, ce qui est à rechercher n’est pas d’abord une quelconque performance. Le carême est un temps destiné à la conversion des cœurs ; c’est-à-dire que les efforts à faire sont destinés à établir de meilleures relations avec les autres, avec Dieu, et avec nous-mêmes. Les moyens qui nous sont donnés pour nous aider à progresser sont le jeûne, la prière et le partage.

Dans le jeûne, ce qui est demandé n’est pas de ne rien manger du tout, mais plutôt de nous exercer à une plus grande sobriété, et de ne pas être esclaves de notre appétit. Le jeûne peut aussi concerner autre chose que la nourriture. Essayer de rationner, ou même de modérer, l’utilisation d’un téléphone portable, sera pour certains très difficile.

Dans la prière, plutôt que de se donner le défi d’une performance ou d’un effort exceptionnels qui seraient sans lendemain, l’enjeu est, plus modestement, de découvrir ou d’approfondir une pratique qui peut s’inscrire dans la régularité, et dans la durée.

Le partage a ici évidement pour but de nous décentrer de nos préoccupations, et de nous ouvrir davantage à celles des autres.

Comment savoir si ce que nous entreprenons comme efforts nous aide à avancer ? Si nous nous sentons plus légers, avec plus d’énergie pour avancer, plus disponibles pour les autres, alors nous sommes certainement partis dans une bonne direction. Attention, les effets ne sont pas nécessairement immédiats, et il peut arriver que dans un premier temps, ce soit le côté pénible de l’effort qui domine. Il ne faut surtout pas se décourager et s’arrêter avant d’avoir eu le temps de découvrir ce qu’il y a de profondément bon, et même de libérateur.

**Et cette année, qu’est-ce qu’on fait ?**

Depuis le début de la pandémie, les efforts n’ont pas manqué, et ils sont constants : on ne peut plus aller et venir comme on veut, ça devient difficile de partir en vacances à cause des restrictions sur les déplacements, sur les logements, ou parce qu’on n’en n’a plus les moyens, il faut porter un masque, ne pas oublier de se laver les mains, et on pourrait allonger la liste.

Le principal effort de carême est donc peut-être d’essayer de supporter au mieux ces contraintes, et de continuer à développer nos élans de solidarité, nos relations d’amitié les uns envers les autres.

**Quelques pistes pour un échange**

Thèmes possibles pour un temps de discussion avec un groupe de jeunes :

* Dans restrictions imposées par les contraintes sanitaires, qu’est-ce qui me demande le plus d’efforts ? Comment est-ce que l’arrive – ou pas- à voir le bon côté des choses et ce qu’on peut encore vivre de bien ?
* Parmi les trois axes du carême que sont le jeûne, la prière, le partage, y en a-t-il un que j’ai envie de vivre davantage cette année ?
* De quoi est-ce que je me sens solidaire ? Qu’est-ce que j’aurais envie de faire ou de donner pour des personnes qui en ont besoin ?

Temps du carême

**Un carême forcé pour tous**

L’ensemble des restrictions destiné à lutter contre l’épidémie de COVID19 impose des efforts et des adaptations constantes.

On se demande parfois de quoi on va se priver pendant le carême. La situation actuelle nous impose bon nombre de privations, il n’est donc pas nécessaire d’en chercher d’autres. Le carême peut aussi consister à vivre, autant que possible, paisiblement, et pourquoi pas joyeusement, ce qui nous est imposé. Nous faisons l’expérience que ce qui est facile à supporter certains jours l’est moins d’autres jours, qu’à la longue, certaines situations peuvent devenir pesantes, mais aussi à l’inverse, que des choses auxquelles on accordait beaucoup d’importance sont finalement secondaires. L’expérience a donc quelque chose de décapant, et oblige à trouver un autre rythme, une autre manière de vivre. En fin de compte, nos modes de vie changent, les modalités de nos relations changent, et il y a là une forme de conversion. Sera-t-elle durable ? Comme avec les efforts de carême, l’avenir nous dira si c’était une parenthèse dans nos existences, ou si cela a produit des modifications durables, tant sur le plan individuel qu’à l’échelle de notre société.

## Le jeûne que je préfère

Ainsi parle le Seigneur Dieu :

Le jeûne qui me plaît, n’est-ce pas ceci :

faire tomber les chaînes injustes, délier les attaches du joug,

rendre la liberté aux opprimés, briser tous les jougs ?

N’est-ce pas partager ton pain avec celui qui a faim,

accueillir chez toi les pauvres sans abri,

couvrir celui que tu verras sans vêtement,

ne pas te dérober à ton semblable ?

Alors ta lumière jaillira comme l’aurore, et tes forces reviendront vite.

Devant toi marchera ta justice, et la gloire du Seigneur fermera la marche.

Alors, si tu appelles, le Seigneur répondra ; si tu cries, il dira : « Me voici. »

*Is 58,1-9*

## Seigneur, fais-moi connaître tes chemins

Seigneur, enseigne-moi tes voies,

fais-moi connaître ta route.

Dirige-moi par ta vérité, enseigne-moi,

car tu es le Dieu qui me sauve.

Rappelle-toi, Seigneur, ta tendresse,

ton amour qui est de toujours.

Dans ton amour, ne m’oublie pas,

en raison de ta bonté, Seigneur.

Il est droit, il est bon, le Seigneur,

lui qui montre aux pécheurs le chemin.

Sa justice dirige les humbles,

il enseigne aux humbles son chemin.

*Ps 24(25),4-9*

## Alléger le fardeau

En ce temps-là, Jésus prit la parole et dit : « Père, Seigneur du ciel et de la terre, je proclame ta louange : ce que tu as caché aux sages et aux savants, tu l’as révélé aux tout-petits.

Oui, Père, tu l’as voulu ainsi dans ta bienveillance.

Tout m’a été remis par mon Père ; personne ne connaît le Fils, sinon le Père, et personne ne connaît le Père, sinon le Fils, et celui à qui le Fils veut le révéler.

« Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos.

Prenez sur vous mon joug, devenez mes disciples, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour votre âme.

Oui, mon joug est facile à porter, et mon fardeau, léger. »

*Mt 11,25-30*

**Méditation**

En ce moment, beaucoup de personnes trouvent le contexte lourd, pesant. Nous n’allons pas nous voiler la face en faisant comme si tout était facile pour tout le monde, mais cela ne sert à rien d’en ajouter. Dans ces moments-là, tout particulièrement, nous pouvons nous confier au Christ, et à la force de son Esprit. Qu’il nous donne assez d’humour pour mettre un peu à distance les soucis, et assez d’ouverture de cœur pour que nous soyons capables de porter les fardeaux les uns des autres. Que sa grâce nous aide à alléger tous les fardeaux.

*Fr. Loïc BOURNAY, o.p.*

**Proposition de chants**

**Ta nuit sera lumière de midi**

*(Scouarnec ­ Akepsimas G212)*

1 - Si tu dénoues les liens de servitude

Si tu libères ton frère enchaîné

La nuit de ton chemin sera lumière de midi

La nuit de ton chemin sera lumière de midi

Alors, de tes mains, pourra naître une source,

La source qui fait vivre la terre de demain

La source qui fait vivre la terre de Dieu.

2 - Si tu partages le pain que Dieu te donne,

Avec celui qui est ta propre chair,

La nuit de ton amour sera lumière de midi

La nuit de ton amour sera lumière de midi

Alors, de ton cœur, pourra sourdre une eau vive

L'eau vive qui abreuve la terre de demain

L'eau vive qui abreuve la terre de Dieu.

3 - Si tu détruis ce qui opprime l'homme

Si tu relèves ton frère humilié

La nuit de ton combat sera lumière de midi

La nuit de ton combat sera lumière de midi

Alors, de ton pas, pourra naître une danse

La danse qui invente la terre de demain

La danse qui invente la terre de Dieu.

**Si l'espérance t'a fait marcher**

*(Jo ­ Akepsimas G213)*

1 - Si l'espérance t'a fait marcher plus loin que ta peur,( bis )

tu auras les yeux levés.

Alors tu pourras tenir jusqu'au soleil de Dieu.

2 - Si la colère t'a fait crier justice pour tous,( bis )

tu auras le cœur blessé.

Alors tu pourras lutter avec les opprimés.

3 - Si la misère t'a fait chercher aux nuits de la faim, ( bis)

tu auras le cœur ouvert.

Alors tu pourras donner le pain de pauvreté.

4 - Si la souffrance t'a fait pleurer des larmes de sang, ( bis )

tu auras les yeux lavés.

Alors tu pourras prier avec ton frère en croix.

5 - Si l'abondance t'a fait mendier un peu d'amitié, (bis)

Tu auras les mains tendues.

Alors, tu pourras brûler l'argent de tes prisons.

6 - Si la faiblesse t'a fait tomber au bord du chemin, (bis)

Tu sauras ouvrir tes bras.

Alors, tu pourras danser au rythme du pardon.

**CRIEZ DE JOIE, PAUVRES DE CŒUR**
Paroles d´après Ps 34 (33) et musique : Communauté de l´Emmanuel (A. Fleury) N° 15-11

**R. Criez de joie, vous les pauvres de cœur,
Vous les enfants bien-aimés du Seigneur
Ouvrez les yeux, car le Royaume est là,
Voici pour vous le Sauveur.**

1. Je bénirai le Seigneur en tout temps,
Mon âme exulte et jubile en mon Dieu.
Que les petits écoutent et crient de joie,
Heureux, car ils verront Dieu.

2. Venez chanter, magnifier le Seigneur,
Quand je l´appelle, toujours il répond.
De mes frayeurs, il vient me délivrer.
Son nom de gloire est puissant.

3. Tournez les yeux, regardez notre Dieu.
Qui le contemple, par lui resplendit.
Un pauvre crie le Seigneur lui répond.
Voyez, le Seigneur est bon.

**VENEZ, CHANTONS NOTRE DIEU**
Paroles et musique : Communauté de l'Emmanuel (G. Dadillon)  N° 09-53

**R. Venez chantons notre Dieu,
Lui le Roi des cieux,
Il est venu pour sauver l'humanité
Et nous donner la vie.
Exulte pour ton Roi, Jérusalem, danse de joie.**

1. Il est venu pour nous sauver du péché,
Exulte, Jérusalem, danse de joie.
Oui par sa mort tous nous sommes libérés,
Exulte, Jérusalem, danse de joie.

2. Oui tous ensemble rejetons notre péché,
Exulte, Jérusalem, danse de joie.
Dans sa bonté, tous nous sommes pardonnés,
Exulte, Jérusalem, danse de joie.

3. Le Roi de gloire nous a donné le salut,
Exulte, Jérusalem, danse de joie.
Sa majesté, nous pouvons la contempler,
Exulte, Jérusalem, danse de joie.

**Refrain de Taizé :**

**Dans nos obscurités, allume le feu qui ne s’éteint jamais qui ne s’éteint jamais (bis)**

**Seigneur, tu gardes mon âme, ô Dieu tu connais mon cœur.**

**Conduis-moi sure le chemin d’éternité (bis).**

**Jésus le Christ, lumière intérieure, ne laisse pas mes ténèbres me parler,**

**Jésus le Christ, lumière intérieure, donne-moi d’accueillir ton amour.**

**Ubi caritas et amor, ubi caritas, Deus ibi est.**

**Nada te turbe, nada t’espante, quien a Dios tiene, nada le falta,**

**Nada te turbe, nada t’espante, solo Dios basta.**

*Lien vers le site pour apprendre :* [*Les chants de Taizé*](https://www.taize.fr/fr_article10317.html)