

## Le Carême

### Origine du CARÊME

*Le mot CARÊME vient du chiffre 40 en référence aux 40 jours que Jésus a passés dans le désert avant sa vie publique. Le chiffre 40 est aussi cité dans l'Ancien Testament : le déluge dura 40 jours et le peuple hébreu chemina durant 40 années, de la sortie d'Égypte à l'entrée en Palestine...*

Jusqu'au 2<sup>ème</sup> siècle, les chrétiens ont continué d'observer les pratiques religieuses juives : repos du sabbat, prière au temple. En 195, l'évêque de Lyon écrit au pape Victor 1<sup>er</sup> lui indiquant qu'un jeûne obligatoire était observé, par les chrétiens, le vendredi et samedi avant Pâques afin de commémorer la mort du Christ... : un ou 2 jours sans prendre aucune nourriture. Au 3<sup>ème</sup> siècle, la période s'allonge : jeudi, vendredi, samedi, puis toute la Semaine Sainte. On passera ensuite à trois semaines.

Au début du 4<sup>ème</sup> siècle, s'ajoute encore 2 semaines pour rejoindre le chiffre symbolique des 40 jours. Le carême devient alors pour les chrétiens un renouvellement de leur vie de foi associée à une alternance de jours de jeûne complets et de jours d'abstinence (jours maigres).

A la fin du IV<sup>ème</sup> siècle, l'Église de Jérusalem respectait les 40 jours de Carême durant 7 semaines pendant lesquelles on ne jeûnait ni le samedi ni le dimanche. (Encore aujourd'hui, les dimanches du temps de carême ne sont pas comptés dans les 40 jours. Du mercredi des cendres au samedi-saint inclus, on compte 46 jours. Donc les 40 jours de carême n'incluent pas les six dimanches).

Depuis 1949, l'Église catholique ne prescrit le jeûne que le mercredi des Cendres et le Vendredi-Saint. (Mercredi des Cendres qui est le rappel de notre condition mortelle et Vendredi-Saint, le rappel de la mort du Christ). Les vendredis de Carême sont jours d'abstinence (sans viande).

### Le Carême de nos jours

Le Carême prépare à Pâques, fête de la résurrection du Christ. Dans le sillage du concile Vatican II et de ses réformes, la façon de vivre le Carême a connu quelques évolutions. Les trois grands piliers du Carême, la **prière**, la **charité** et le **jeûne**, demeurent, mais l'Église invite à les vivre d'une façon plus adaptée à notre époque. Pour ce qui est du **jeûne**, ce dernier avait longtemps concerné l'alimentation. De nos jours, le jeûne est davantage présenté comme un moment pour revenir à l'essentiel et alléger un peu notre vie. Les catholiques sont invités, non pas à se priver pour se priver, mais à faire porter leurs efforts pour épurer leur vie. Ce peut être moins d'écran par exemple, et plus de temps pour les autres ....

En Carême, des moments de réflexion, des partages de la Parole de Dieu sont proposés pour que notre **prière** soit enrichie, que nous y soyons plus impliqués. L'accent est donc mis sur notre relation à Dieu.

Mais le Carême est aussi l'occasion de nous rapprocher des autres, à travers la **charité et la solidarité**. Des rencontres

ont lieu pour découvrir les difficultés à vivre des uns ou des autres autour de nous ou dans d'autres pays. Des associations proposent des actions, en particulier le Comité Catholique contre la Faim et pour le Développement. Notre aide financière est sollicitée. C'est important aussi de prendre du temps pour changer notre regard ou être plus disponibles à autrui.

Durant le Carême est également proposé de recevoir le pardon de Dieu à travers le **sacrement de réconciliation**, soit lors d'une démarche personnelle auprès d'un prêtre, soit au cours de célébrations pénitentielles. Comme pour le jeûne, le côté « obligatoire » de la démarche a été atténué et on privilégie l'accueil inconditionnel d'un Dieu qui pardonne. L'examen de conscience proposé interroge sur notre vie, mais aussi sur des problèmes de société et notre façon de les aborder.

### Le carême chez les protestants

Les protestants ne pratiquent pas le carême comme le font les catholiques et les orthodoxes. Pour des raisons historiques et théologiques, ils refusent l'idée de pénitence selon laquelle ils pourraient se rapprocher de Dieu en jeûnant. Cependant, les choses évoluent et le carême est aujourd'hui perçu comme un temps à part pour se préparer pendant 40 jours à Pâques. Beaucoup de protestants considèrent cette période comme un moment privilégié d'écoute, de prière et de méditation. Les célébrations liturgiques ne sont pas une priorité, hormis le culte du dimanche. L'essentiel est à la lecture quotidienne de la Bible, à l'écoute

d'une série de prédications axées sur l'Ancien Testament, aidant à un cheminement spirituel. L'étude biblique peut aussi se faire en groupe ou chez soi avec un guide de lecture. (Durant l'année 2021, une pasteure confiait : « Il y a eu un regain d'intérêt pour cette façon de faire avec la traversée de la crise sanitaire »).

Le protestantisme propose aussi d'effectuer librement des actions de solidarité pour différentes causes comme celle des mineurs étrangers..., de la faim dans le monde... Il s'agit de chercher une cohérence entre vie concrète et prière.

### Le carême chez les orthodoxes

Les orthodoxes pratiquent le jeûne alimentaire. Cependant toute décision de jeûne doit se faire en consultation avec son Père spirituel afin d'en définir les modalités d'une manière adaptée à notre individualité.

Les règles générales du jeûne consistent à s'abstenir totalement de viande et de laitage durant la semaine, et, certains jours, de vin et d'huile. Le samedi (en rappel du sabbat juif) et le dimanche (jour du Seigneur) sont considérés comme jours de fête, incompatibles avec un jeûne trop strict. Ces règles de jeûne alimentaire doivent s'accompagner de méditations bibliques, d'efforts spirituels, d'assistance aux offices.

Des orthodoxes éteignent leur téléviseur ; par des lectures spirituelles, il s'agit de s'ouvrir à une nourriture plus élevée et de meilleure qualité pour l'esprit et pour l'âme.

