

# Quarante jours

## **Quarante jours**

pour faire le tri,  
pour se délester de ce qui est inutile  
comme lorsqu'il faut traverser un désert,

## **Quarante jours**

pour ne plus se contenter  
de « juste ce qu'il faut »,  
pour sortir du strict minimum,

## **Quarante jours**

pour éduquer le coeur et aimer,  
apprendre à aimer d'une façon neuve,  
à la manière des premiers jours,  
pour éduquer l'esprit,  
l'arracher à ses obsessions, ses idées reçues,  
et l'ouvrir à la nouveauté,  
pour éduquer le regard et dépasser  
l'usure et à travers l'écran  
des masques et des apparences,

## **Quarante jours**

pour marcher à un autre rythme,  
pour changer de style, pour faire le ménage,  
pour se purifier,

## **Quarante jours**

pour regarder les autres, pour regarder Dieu,  
pour écouter la Parole du Christ et la laisser faire  
son oeuvre de redressement au secret de nos désirs,

**Quarante jours** pour être transfiguré,

**Quarante jours** pour grandir avec l'Évangile,

**Quarante jours** pour apprendre à vivre !



**Charles Singer**

## Le carême !

À peine avons-nous prononcé ce mot  
que nous pensons :  
faire des efforts,  
des privations,  
tenir des résolutions,  
en un mot froncer les sourcils  
et prendre la tristesse au sérieux !  
Un Carême qui part de nous pour aller à Dieu,  
au lieu de partir de Dieu pour aller à nous.

En fait, il faudrait essayer d'inverser les choses :  
le Carême, ce n'est pas de tenir,  
ni de retenir,  
c'est au contraire d'ouvrir,  
de laisser la Vie nous envahir,  
nous traverser et nous transformer,  
pour qu'elle se répande autour de nous.  
Alors la vie peut nous convertir,  
opérer en nous un retournement  
qui nous fait retrouver  
la Source qui nous habite.

Dans l'Évangile de la Passion  
selon saint Matthieu,  
nous pouvons lire :  
« *Le Maître te fait dire :*  
*"Mon temps est proche,*  
*c'est chez toi que je vais faire la Pâque"* » (Matthieu 26,18).  
Voilà ce que Jésus nous dit à chacun :  
Mon temps est proche.  
C'est le temps du déploiement  
de mon amour pour toi jusqu'au bout,  
le temps où je désire « faire ma Pâque chez toi »,  
dans ton cœur profond,  
dans la vérité de ton être et de ta chair.

Pâque est un mot qui signifie : passage.  
Laisse-moi passer en toi, laisse-moi passer chez toi !  
Laisse-moi te faire passer de la mort à la Vie,  
à travers tes faiblesses, tes souffrances, tes peurs,  
offertes et ouvertes à mon Cœur transpercé,  
déposées et remises dans la tendresse de mes Mains crucifiées.  
Est-ce que tu veux bien me laisser donner à ton temps humain,  
à ton histoire et à ton quotidien,  
leur sens radical et toute leur mesure intérieure ?



*Soeur Marie-David, Mère abbesse de l'abbaye ND de Jouarre*

## Dix règles pour un bon Carême.

Ces dix règles ne signifient rien,  
si elles ne nous rapprochent pas de Dieu et des hommes.  
Ou si elles nous rendent tristes.  
Ce temps doit nous rendre plus légers et plus joyeux.

1. Prie. Chaque matin, le Notre Père  
et chaque soir le Je vous salue Marie
2. Cherche dans l'Évangile du dimanche,  
une petite phrase  
que tu pourras méditer toute la semaine.
3. Chaque fois que tu achètes un objet  
dont tu n'as pas besoin pour vivre  
- un article de luxe -  
donne aussi quelque chose aux pauvres  
ou à une œuvre.  
Offre-leur un petit pourcentage.  
La surabondance demande à être partagée.
4. Fais chaque jour quelque chose de bien  
pour quelqu'un.  
Avant qu'il ou elle ne te le demande.
5. Lorsque quelqu'un te tient un propos  
désagréable,  
n' imagine pas que tu dois aussitôt lui rendre la pareille.  
Cela ne rétablit pas l'équilibre.  
En fait, tu tombes dans l'engrenage.  
Tais-toi plutôt une minute et la roue s'arrêtera.
6. Si tu zappes depuis un quart d'heure sans succès,  
coupe la TV et prends un livre.  
Ou parle avec ceux qui habitent avec toi :  
il vaut mieux zapper entre humains  
et cela marche sans télécommande.
7. Durant le Carême quitte toujours la table avec une petite faim.  
Les diététiciens sont encore plus sévères : fais cela toute l'année.  
Une personne sur trois souffre d'obésité.
8. 'Par-donner' est le superlatif de donner.
9. Tu as déjà si souvent promis  
d'appeler quelqu'un par téléphone  
ou de lui rendre visite.  
Fais-le finalement.
10. Ne te laisse pas toujours prendre aux publicités qui affichent une réduction.  
Cela coûte en effet 30% moins cher.  
Mais ton armoire à vêtements bombe et déborde également de 30 %.



**Cardinal Godfried Danneels,**  
archevêque de Malines-Bruxelles

## VEUX-TU JEÛNER POUR LE CARÊME ?

Jeûne en évitant de juger l'autre ;  
**Et remplis-toi de JESUS de Nazareth qui est à tes côtés.**

Jeûne des paroles qui blessent ;  
**Et remplis-toi des PAROLES AIMABLES.**

Jeûne de ton mécontentement ;  
**Et remplis-toi de GRATITUDES.**

Jeûne de tes colères vaines ;  
**Et remplis-toi de PATIENCE.**

Jeûne de ton pessimisme ;  
**Et remplis-toi de confiance en Dieu.**

Jeûne de tes soucis ;  
**Et remplis-toi des MERVEILLES  
tout autour de toi.**

Jeûne du stress continu ;  
**Et remplis-toi de PRIERE  
qui engendre le calme.**

Jeûne de ton amertume ;  
**Et remplis-toi de PARDON.**

Jeûne de ton désespoir ;  
**Et remplis-toi d' ESPERANCE.**

Jeûne de tes pensées d'impuissance ;  
**Et remplis-toi des PROMESSES que t'a faites le Seigneur**

