

LE JEÛNE : UNE MISE EN ALERTE OU EN DISPONIBILITÉ

Jacques Nieuviarts, bibliste

L'idée que le jeûne soit lié au partage

est familière à la Bible, qui rassemble traditionnellement la prière, le jeûne et l'aumône. Reliés ensemble, ces trois éléments s'éclairent mutuellement, car qu'est-ce que le jeûne, si ce n'est une sorte de mise en alerte, ou pour prendre une image plus douce, une mise en disponibilité, c'est-à-dire une ouverture consentie de ma vie à l'autre, l'autre que je rencontre et celui qui est au plus profond de mon désir : Dieu lui-même.

Je m'allège

Ainsi jeûne, prière et aumône (on pourrait aussi dire partage) se complètent. Par eux, je m'allège de ce qui m'encombre, pour être disponible à la rencontre. J'aime personnellement écrire ce mot avec une majuscule : la Rencontre, pour évoquer par là que toute rencontre réelle est déjà un peu celle de Dieu. C'est la raison pour laquelle avec le jeûne on est à l'essentiel. Bien sûr, envisagé comme une obligation, il apparaît contraignant, ou comme un corps étranger auquel ma vie résiste. Mais ils sont nombreux ceux à qui l'on a dit un jour qu'il fallait cesser, quelque fois sur le champ, de fumer, de boire, de courir, de manger cela ou encore cela. C'est rude, tous le disent, mais quand l'enjeu en face est de "sauver" sa vie, il y a peu d'hésitation.

Retrouver la faim et la soif

Ainsi je crois au jeûne dans la vie et plus encore dans la vie spirituelle, comme cette pratique qui permet de reprendre le souffle long, le chemin de la rencontre : le chemin de moi-même éventuellement, le chemin des autres quand je suis allégé de mes soucis proches trop prégnants, le chemin de Dieu, le chemin de l'Unique qui habite ma vie, mon désir. Ce serait un peu le Psaume : "Dieu, c'est toi, mon Dieu, je te cherche dès l'aube, mon âme a soif de toi" (Psaume 62).

La vie quotidienne nous fait parfois perdre la soif, mais par anémie, quand on perd le goût des choses, le goût unique de l'eau qui abreuve.

Ré-éclairer le quotidien de la foi et de la vie

En fait, le Carême est comme un grand entraînement, un temps où l'on s'allège de ce qui encombre et où l'on gagne en essentiel. Un temps où l'on redécouvre ce qui fait vivre, où l'on cultive le trésor : l'intériorité, l'ouverture aux autres, le regard sur le monde. Et le jeûne, c'est ce moment où de façon délibérée on reprend le chemin des matins clairs, où le soleil est plus lumineux encore, tandis que l'air est vif et frais. C'est une invitation à Ré-éclairer le quotidien de la foi, celui de la vie.

Choisir le bon régime

Le jeûne peut prendre de multiples formes : quelles modifications de ma vie peuvent m'apporter le plus de liberté? Pour les uns, ce sera une brèche dans l'emploi du temps pour écouter avec plus d'attention, pour d'autres l'ouverture d'un livre pour retrouver le temps du dialogue, d'une nourriture intérieure. Pour d'autres encore ce sera se priver d'ordinateur (eh oui !) ou de télé. Reprendre du temps pour de l'essentiel, du silence, la rencontre, le temps de la prière, de l'écoute ou de la rencontre de la Parole de Dieu. On comprendra que le jeûne de nourriture est aussi un chemin. Mais qui ne cache pas les autres ou la forêt! Une invitation : relire le très beau chapitre 58 d'Isaïe. Il est tonique et très éclairant.

Alors oui, il est utile de jeûner. Pour retrouver de la liberté intérieure. Et la disponibilité à la rencontre : celle des autres et de Dieu.

CARÊME
2018

Malakoff 

« C'EST CHEZ TOI QUE JE VAIS FAIRE
LA PÂQUE » Mt 26, 18

UN CHEMIN PERSONNEL

Dieu donne rendez-vous à chacun pour vivre un temps de conversion, pour grandir dans la foi, se mettre à l'écoute de Sa Parole et se rendre disponible aux autres.

VECU EN COMMUNAUTÉ

La foi ne se vit pas seule mais en communauté. C'est ensemble que nous décidons de nous mettre en route et de nous porter les uns les autres.

DANS LA JOIE DE CET APPEL

Ne vivons pas ces 40 jours avec des « faces de Carême », mais joyeux de pouvoir vivre ce temps de proximité avec le Christ. Vivons ce temps de préparation à la fête de Pâques comme une réponse à l'invitation du Christ : « Mon temps est proche, c'est chez toi que je vais faire la Pâque ». (Mt 26,18)
Répondons à son invitation avec joie !

LES DIVERSES PROPOSITIONS POUR
VIVRE LES 3 PILIERS DU CARÊME

JEÛNE - CONVERSION

« Revenez à moi de tout votre cœur,
dans le jeûne... »

Jl 2, 12



SE RENDRE DISPONIBLE ET ENLEVER LE SUPERFLU

Par le jeûne, nous sommes invités à bousculer nos habitudes et nous rendre disponibles pour nous-même, les autres et pour Dieu pour enlever le superflu. Il ne s'agit pas seulement de nourriture (cf. texte ci-contre)

A chacun de trouver son jeûne (nourriture, télévision, réseaux sociaux...).

UNE SOIRÉE PÉNITENTIELLE

Jeudi 22 mars à Notre-Dame, à partir de 19h30

Participer à une célébration pénitentielle afin de se préparer à recevoir le sacrement de réconciliation avant de fêter Pâques

PRIÈRE

« Béni soit le Seigneur qui entend la voix
de ma prière ! »

Ps 27, 6



UN TEMPS FORT COMMUNAUTAIRE

24h pour le Seigneur

du vendredi 9 à 19h30 au samedi 10 mars à 19h30

Sur le thème « *Dieu vient à notre rencontre* »

Ce temps sera animé par les différents groupes de la paroisse, et nous sommes tous invités à y participer

DÉCOUVRIR ET PARTICIPER AUX TEMPS DE PRIÈRE PROPOSÉS TOUTE L'ANNÉE

Mardi à Saint-Marc : le groupe de prière à partir de 18h15
Vêpres, messe, adoration et confessions.

Jeudi à Notre-Dame : JTP (journée du temps présent)
8h30 : Laudes, 12h : office du milieu du jour suivi de la messe,
19h30 : Vêpres, 20h : adoration avec la lecture des textes du
dimanche et complies.

Du mercredi au samedi : laudes à 8h30

Tous les samedis : office du milieu du jour à 12h

PRENDRE DES TEMPS PERSONNELS DE PRIÈRE À LA MAISON, SEUL OU EN FAMILLE.

Pour nous aider :

Le livret « Le Carême pour les cancras » : l'ABC de la vie spirituelle

Ou des sites de retraite en ligne : 3 min pour se convertir (www.croire.com),

Notre dame du web (www.ndweb.org), www.retraitedanslaville.org

La retraite de Carême en ligne de l'Œuvre des vocations
(www.mavocation.org)

PARTAGE

« Si tu es dans l'abondance, donne davantage ;
mais si tu as peu, donne selon le peu que tu as.

Tb 4, 8



UNE PROPOSITION DU CCFD - TERRE SOLIDAIRE

Tissons des liens

Des groupes de réflexion et d'échanges vont se constituer pour partager autour de différents textes, chaque dimanche.

Vous les trouverez dans Espérance Malakoff.

À Notre-Dame de 11h à 12h

À Saint-Marc de 10h30 à 11h30

Mardi 13 mars - 20h : Conférence de Mgr Michel Dubost, évêque émérite d'Evry à Notre-Dame, suivi d'un repas « soupe - pain - pomme ».

ALLONS AUX PÉRIPHÉRIES, PRÈS DE CHEZ NOUS

Prendre le temps pour partager un petit-déjeuner tous les jeudi matin à la salle Cana avec le secours catholique.

Participer au repas de la TOP (Table ouverte paroissiale) le samedi 3 mars, 12h à la salle Cana pour se rencontrer et accueillir.

Proposer une aide ponctuelle à la Société Saint Vincent de Paul pour visiter, ou pour signaler les personnes isolées.
Contact : Agnès Rafalowicz

N'oublions pas nos frères réfugiés ! Tout le monde peut apporter son aide, par un soutien financier, par du bénévolat, ou plus... pour les accueillir

Contactez une clé pour une gîte.

Un tract complet est disponible à la sortie des églises.