

VIVRE LE CARÊME EN VRAIS CHRÉTIENS

La façon du Christ d'unifier le cœur et l'esprit, le corps et l'âme et de mettre réalités matérielles au service du spirituel.

JEÛNE EUCHARISTIQUE ET PRÉPARATION

Afin d'apprécier la dignité de l'Eucharistie et se préparer à recevoir le Seigneur dans la joie, la communauté chrétienne a recommandé un temps de jeûne de nourriture et de breuvage et ce, depuis les premiers siècles. Cette ancienne tradition de recevoir l'Eucharistie avant tout aliment montre l'importance de la nourriture sacramentelle. Un temps de silence et réflexion est fructueux avant la messe et la communion.

Règles normales: s'abstenir 1 heure avant communier de nourriture et breuvage. L'eau et les médicaments ne rompent pas le jeûne.

Pour les mourants: aucun jeûne n'est exigé

Pour les malades : (à la maison ou à l'hôpital, même s'ils ne sont pas alités) pour les aînés et ceux qui en prennent soin: de l'eau et des médicaments en tout temps ; ils peuvent communier même s'ils ont pris de la nourriture ou des breuvages dans l'heure précédente.

MERCREDI DES CENDRES, CARÊME ET PÉNITENCE.

La loi de l'Évangile: l'Église veut mettre l'emphase sur l'obligation qu'a un disciple du Christ de faire pénitence : avec avant tout une haine pour le péché qui est une offense faite à Dieu. Les formes extérieures de pénitence approfondissent les vertus intérieures.

Expérimentons les privations pendant le Carême. Pendant cette période, **la pénitence** est un pré-requis de la vie du chrétien. Les différentes formes sont **la prière, les œuvres de piété et de charité, l'oubli de soi** en accomplissant nos obligations avec **plus de fidélité** ; spécialement en observant **le jeûne et l'abstinence**.

Le jeûne du **Vendredi Saint** doit être observé partout et si possible continué le **Samedi Saint**. Ainsi, le peuple de Dieu vivra dans la joie débordante la résurrection du Seigneur. Dans le rite Romain (incluant le Canada) **le Mercredi des Cendres et le Vendredi Saint sont des jours de jeûne et d'abstinence de viande**. C'est dans le meilleur intérêt de l'Église que ces jours soient proclamés dans la communauté paroissiale comme jours de **vraie pénitence**.

Les vendredis sont des jours sans viande mais les catholiques peuvent choisir d'accomplir plutôt des œuvres de piété et de charité qui demandent un réel effort de renoncement.

On doit recommander aux fidèles pendant le Carême **ces formes privilégiées de renoncement** : ces œuvres sont recommandées parce que basées sur l'enseignement des Évangiles. Ce sont **le jeûne, l'aumône, la prière, les œuvres de miséricorde** qui à cause de leur valeur traditionnelle parmi le peuple de Dieu (l'abstinence **de la viande**) *augmentent notre faim de Dieu.*

Le sens chrétien du jeûne. Nous nous privons de nourriture afin d'être plus **ouverts à la prière, à ressentir la souffrance** des affamés, à **partager** l'argent ainsi économisé avec les pauvres. Le jeûne est une discipline destinée à ouvrir nos cœurs à Dieu et au prochain, un moyen de purification et de libération spirituelles, un témoignage de la profondeur de notre foi et de notre *attachement à Dieu.*

La loi de l'**abstinence** de la viande s'applique aux 14 ans et plus; la loi du **jeûne** s'applique aux gens de 18 à 59 ans. On rappelle aux parents et aux éducateurs leur devoir d'initier graduellement les enfants à la pratique de la pénitence. **L'exemple des adultes est le meilleur enseignant.** *Tous doivent être des modèles pour les jeunes.*

LE TEMPS DU CARÊME

Dans l'Église le Carême est la célébration annuelle de sa conversation communautaire à Jésus-Christ. Pendant cette saison la liturgie prépare les catéchumènes à entrer dans le mystère pascal par les différentes étapes de l'initiation chrétienne. Les fidèles se préparent à la plus grande fête de l'année, Pâques, en se rappelant leur baptême et en faisant pénitence. Les principaux **buts du Carême: rappeler le baptême, ou le préparer, et encourager un climat de pénitence.** Pendant quarante jours, les croyants en **écoutant attentivement la Parole de Dieu** et **priant d'une façon plus fervente** se préparent à célébrer le **mystère pascal**. En tout temps surtout pendant le Carême, il est important de rappeler les conséquences sociales du péché. **La haine du péché est au cœur de la vertu de pénitence; le péché étant une offense envers Dieu.** Les fidèles peuvent **prier et faire pénitence pour les pécheurs.** La pénitence doit être **extérieure** et **communautaire** autant **qu'individuelle** et **intérieure.** En encourageant la pratique de la pénitence, nous pouvons entrevoir les résultats sur la vie des individus et des communautés dans le monde moderne. **La pratique de ces disciplines chrétiennes permet aux fidèles de marcher avec Jésus au désert, d'écouter avec un cœur sans entraves et d'obéir à l'Esprit Saint.**