

Lettre de Carême 2016

Les Frères Communauté



Charte pour prendre le temps ... du CARÊME

Un Carême qui soit une étape savourée sur le chemin de la vie, une étape où Prier - Partager - Jeûner sont accentués pour mieux s'aimer, pour mieux aimer les autres et pour mieux aimer Dieu à travers le Christ, dans la fièvre de l'Esprit Saint (des poussées de fièvre sont possibles).

Un Carême qui aide à ressentir la Présence et les Présences. Un Carême où on laisse se déployer la CHARITE à travers les œuvres de Miséricorde.

Un Carême où l'on se prépare à la JOIE PASCALE, cette joie que nul ne pourra nous ravir.

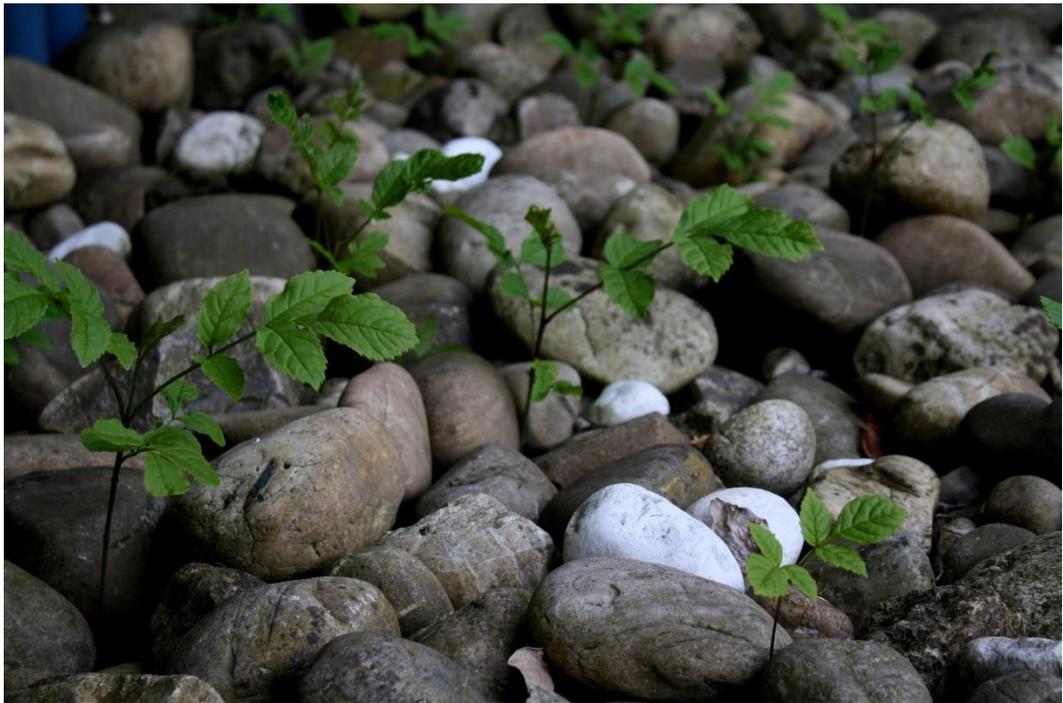
Vivre ce temps de montée vers Pâques comme une période alternative dans l'année ; avec cette quarantaine sera exploité le rythme biologique reconnu médicalement : en 40 jours le corps accomplit les cycles principaux du métabolisme humain.

Quelques balises pour le chemin

- Vivre le Carême (et s'y préparer) comme un temps qui doit donner son goût à tout notre temps, à toute notre histoire personnelle et collective. Le Carême affine les épices qui donnent du goût et du sel à toute la vie. Un vrai Carême gourmand.
- « Positiver » le Carême. Pas un Carême-corvée, mais un Carême-plaisir, un Carême-secret : « Retire-toi dans ta chambre », « Parfume-toi le visage ».
- Profiter du Carême pour mieux être. Pratiquer des recettes adoucies plutôt que s'entêter dans une spirale ascétique qui courrait le risque d'être le fruit de la seule volonté; donc un Carême sur mesure dont chacun profile les menus et les exigences. Il s'agit de rejoindre en soi silence et profondeur pour une libération intime, renouvelable et durable... comme une sorte d'écologie spirituelle : ma vie comme un ensemble en équilibre permanent. Le Carême devient un temps de diagnostic pour diminuer, voire éliminer, ce qui fait obstacle à ce devenir personnel qui peut faire de mon cœur un porte-Dieu, le lieu d'une présence d'amour.
- Mettre de côté mes réponses « habituelles » ou « d'habitude » (préciser quelques réponses à viser). Débusquer tous les « je sais que » qui empêchent mon cœur d'aller au large et cibler quelques « certitudes » qui risquent d'être des murailles empêchant d'aller à l'air et aux alizés de l'Esprit.
- (ou dit autrement :) ... Rouvrir mes boîtes à réponses et en faire sortir toutes mes questions y enfermées ; reprendre ma vie comme chemin à mettre en perspective du large, cette perspective qui me dit de n'enfermer ni Dieu, ni les autres, ni moi.
- Vivre la vie comme un horizon infini où les jours ne cessent d'appeler et d'inventer l'amour infini.
- Me rappeler sans cesse que mon être biologique et psychologique (et émotionnel) est l'apparente enveloppe et même la matrice créée pour générer, avec toutes les semences de la vie terrestre, mon engendrement spirituel ; un engendrement enclin à faire de moi, « à partir de milliards d'éléments », cet esprit-cœur capable d'amour, et devenir fils et frère.
- Se demander régulièrement si je n'enferme pas Dieu, les autres, et si ma propre vie se respire et s'oxygène d'un air libéré de toute prison.
- Jeûner dans tous les domaines et dans tous les étages pour décrasser le corps, le cœur, l'esprit.
- Ecouter plutôt que parler.
- Le chemin du Carême nous fait pratiquer un jogging spirituel mais à allure lente et longue si possible.
- Méditer ceci : ce que j'ai, je suis invité à le rendre. La rentabilité du don vise le plus haut profit et la plus belle abondance. « ... Rendu au centuple ».
- Un Carême vécu en vérité nous re-personnalise et nous re-visage sans aucune ombre narcissique et sans rimmel masquant.
- Il vaut mieux arrêter Carême et jeûne (à un certain stade) si je vérifie avec conseil demandé que je n'entre pas en miséricorde : discernement essentiel.

- Accepter, demander, laisser entrer la paix en moi et vérifier l'authenticité de cette paix à ceci : elle rallume le feu de l'amour-charité et intensifie le goût d'un vivre vrai.
- Plutôt que suivre la ou les modes, favoriser cette mode qui m'est propre et qui dit quelque chose de mon « sceau personnel », mon secret, ce secret qui signe Dieu.

Pistes... pour un Carême gourmand



En traversant les petites vallées où sourcent les prières, les jeûnes et les partages.
Pistes... ou comment dénicher ces bonnes adresses souvent méconnues, ces auberges où, dans des fulgurances, on affleure les fragrances de l'Esprit.

Prier,

c'est laisser monter en soi une Présence.

Jeûner,

c'est chercher à boire cette eau pure qui enivre mieux que le meilleur des vins.

Partager,

c'est rendre au frère ce qui lui appartient.

NB : En prière, en jeûne et en partage, chacun est invité à choisir au moins trois pistes par domaine.

→ Cocher les pistes choisies marquées d'un !

→ Prévoir un cahier pour les réflexions, notes, prières... faites en cours de route.

PRIER :



- Lire une fois par jour la prière « Chrétienne » de la Communion des Frères » (voir ci-après).
- S'aider des revues « Prions en Eglise » ou « Magnificat » (ou autre missel quotidien) pour lire chaque jour du temps du Carême au moins une des lectures quotidiennes proposées.
- Manger chaque jour une des deux lectures proposées en « Lectio Divina » : lecture-méditation-relecture-oraison-contemplation.
- Mettre en exergue par rapport à un des textes une phrase et écrire une méditation brève.
- Quels que soient mes horaires, agendas ou activités, y inclure régulièrement des courtes pauses-prière :
(Notre Père, ou dire « Viens Seigneur Jésus » ou « Guéris-moi »).
- Participer à une eucharistie dominicale.
- Ouvrir ou rouvrir un livre ou une revue qui nourrit.
- Pratiquer à un moment favorable et si possible habituel une méditation de quinze minutes où on choisit de privilégier une attitude du corps qui soit apte au silence intérieur.
- Suivre d'autres pistes qui me sont propres et qui m'aident à entrer en priance.
- Chaque jour vivre un temps de prière entre midi et midi trente en communion avec la prière célébrée dans la chapelle des Frères (lecture du jour, un psaume, un temps de silence, le Notre-Père et si possible un chant).
- Chaque jeudi soir participer à 18h30 à l'eucharistie de la communauté aux Frères ou vivre un temps de prière en communion pendant l'eucharistie.
- Vivre un week-end de recollection avant Pâques (recollection des Frères ou autre).

PARTAGER, échanger, consommer autrement, s'engager

- La mi-Carême propose une halte dans le parcours ; la potée de mi-carême proposée aux Frênes, végétarienne pour ceux qui le souhaitent, permettra que le bénéfice réalisé soit versé aux chrétiens persécutés d'Orient (*voir ci-après*).
- Achats et consommation : mieux cibler les dépenses en évitant d'acheter des produits frelatés, des produits liés à l'exploitation d'une main-d'œuvre non respectée (travail des enfants, etc...), en évitant les produits dont la consommation fragilise les équilibres de la nature ou les produits dont le rapport qualité-prix cache des processus économiques douteux (*cfr produits vendus au magasin Oxfam et Fair-Trade*)
- Faire une tirelire-carême à remplir avec l'argent épargné grâce à des achats mieux ciblés et une consommation plus légère ; remettre le fruit de cette tirelire à « Entraide et Fraternité » pour ses engagements aux côtés des plus pauvres.
- Vivre le sacrement du pardon en rencontrant un prêtre et PARDONNER en vérité.
- Par semaine faire un inventaire des événements pour lesquels je suis reconnaissant.
- S'engager une fois par semaine dans un acte de bonté envers quelqu'un (connu ou inconnu).
- Laisser venir à mon esprit une personne pour laquelle j'éprouve de la gratitude, essayer de la visualiser et noter ce que cette personne m'apporte (opération à faire plusieurs fois).
- Réfléchir à quelque chose d'important que j'ai appris et l'écrire dans un cahier, renouveler cela plusieurs fois.
- Ecrire à quelqu'un pour lui dire ma reconnaissance pour ceci ou cela et sans attendre de retour.
- Choisir un texte ou un poème qui me plaît ou qui m'inspire : le lire dans des lieux et des moments différents en se laissant surprendre.
- Remplir les temps d'attente (voiture, marche, salle d'attente...) en priant ou en disant des mercis.
- Diminuer la consommation d'eau, d'électricité, de TV, de GSM, de téléphone, d'internet, etc... et établir en ce domaine un programme raisonné.
- Réduire les emballages : j'apporte mes propres sacs et récipients et j'évite les portions individuelles.
- Commencer de petits travaux au jardin ou sur le balcon.
- Relire ma vie en fonction de mes engagements sociétaux (justice, pauvreté, écologie, liberté, jeunes, violences, culture, religion)... et tirer un bilan.

JEÛNER, nourriture et hygiène de vie

L'unité corps-esprit est démontrée jusque dans nos gènes. Il faut prendre en compte la totalité de l'être humain jusque dans une vision symphonique qui relie l'homme à la création et au Créateur.

- Avant de manger le repas principal, ressentir de la reconnaissance pour celles et ceux qui ont contribué à ce repas (maraîchers, éleveurs, boulangers, transporteurs, caissiers, ouvriers d'atelier, commerçants...) et remercier aussi le cuisinier.
- Pour les habitués d'un sport actif, une heure de marche silencieuse, calme et méditative dans la nature par semaine. Pour les peu sportifs trois fois une heure de marche par semaine.
- Devenir « flexitarien », c'est-à-dire manger de tout en quantité mesurée et supprimer tout monopole lié aux viandes et aux poissons.

NB : Pour une meilleure santé, le foie et l'intestin sont des acteurs majeurs pour assimiler et pour éliminer ; adapter sa nourriture pour ne pas trop fatiguer ni foie ni intestins.

Intestin = 400 m², l'équivalent de deux courts de tennis ; = 1 à 2 kg de microbes ; = 3,3 millions de gènes bactériens ; = 80% des défenses immunitaires de l'organisme.

En une vie 70 tonnes de nourriture et 100 tonnes de liquides.

1 gr d'excrément contient plus de bactéries que la terre ne contient d'habitants.

L'intestin est un second cerveau avec 200 millions de neurones et de cellules gliales.

Dans l'intestin 100.000 milliards de bactéries. Importance du microbiote (flore intestinale).

- Limiter les céréales raffinées, les graisses saturées, le sucre, l'alcool.
- Pas trop d'hygiène : l'excès d'hygiène favorise les allergies.
- Jeûner pour aider l'organisme à détruire, à transformer, à construire. Jeûner est bon pour le corps, car détoxifiant ; bon pour l'esprit, car cela améliore l'acuité sensorielle ; bon pour le monde, car peut exprimer une solidarité (cfr Gandhi). C'est également une communion avec la nature. Redécouvrir son horloge biologique avec le cycle nuit-jour. En Jeûnant, Moïse, Jésus, Bouddha, Mahomet ont saisi le sens fondamental de l'existence. Jeûner est un mode de vie prescrit par la nature. Jeûner, c'est vivre un moment sur ses réserves. Jeûner rejoint notre capacité à décider librement. Jeûner implique l'homme tout entier, corps, âme et esprit.

Quelques pistes :



Pour y arriver, positiver l'épreuve en mangeant régulièrement des aliments différents et choisis qui procurent du plaisir et qui encombrant moins l'organisme, une sorte de diète raisonnée.

Donner priorité, autant que possible, à des aliments provenant de la culture biologique.

- Une poignée de noix tous les jours d'hiver.
- Les betteraves rouges régénèrent le foie fatigué, crues, râpées, en jus : par exemple un verre par jour pendant 5 jours.
- Une cure de citron en infusion.
- Du chou cru ou en choucroute.
- Des pommes consommées avec leur peau.
- Légumes secs (lentilles, pois, haricots, à consommer avec des céréales).
- L'ail, oignons et échalotes (gousse d'ail écrasé, salade de mâche ou roquette, quelques noix, huile d'olive ou de noix, filet de citron ou vinaigre balsamique, quelques grenades, avec du pain traditionnel (levé deux fois et naturellement). On vit avec des bactéries et pas avec de la chimie.
- Infusion de tisane d'aigremoine défatigante, drainante, antivirale, cytophylactique : une tasse après chaque repas de midi infusée 10 à 15 minutes.

Pour jeûner :



- Se mettre dans les bonnes conditions sans stress et hors travail fatiguant à accorder avec des activités simples et faciles.
- Manger peu le soir, de la soupe = souper.
- La nuit est un temps de jeûne.
- Le matin dé-jeûner.
- Pas d'encas grignoté sauf des fruits secs et des fruits (au goûter).
- Repas de midi allégés pendant quelques jours.
- Ensuite jeûner un jour (eau, plantes infusées, un peu de miel) à faire une fois par semaine avant le printemps.
- Supprimer les boissons alcoolisées, vin, bière, alcool ; s'autoriser le petit rouge du dimanche ou la bière.
- Eviter le plus possible le café. Boire de l'eau.
- Privilégier légumes, légumineuses et céréales.
- Viandes ou poisson, mais avec beaucoup de légumes 3 jours sur 7.
- S'échanger les bons trucs culinaires, ceux qui sont sains et gouteux et favoriser une bourse des recettes éprouvées.
- Pour dissuader le cancer, d'après le professeur Daniel Khayat (« le vrai régime anti-cancer ») à favoriser le jus de grenade, le curcuma, le thé vert, le vin (hors carême deux verres maximum par jour), le sélénium (en pharmacie), les tomates, les fibres alimentaires, l'ail et l'oignon, la quercétine (dans les oignons rouges, la livèche, les pommes avec la peau, les piments, les câpres, le cacao), ne pas fumer.
- Manger saison, manger région (en tout temps) : diminuer la consommation des produits industriels et frelatés, acheter chez les producteurs locaux, favoriser les circuits courts et les marchés alternatifs, devenir consomm'acteur et établir un budget-vérité (moins de chips et de martini et se permettre de payer plus cher un produit sain). Les transports aériens et autres doivent être découragés par l'obstruction des consommateurs.
- S'essayer si possible à un jeûne plus long...
- Faire à Pâques le meilleur repas de l'année.

Le sens de la fête hors-carême permettra aussi de plantureuses ripailles.

Nous vous souhaitons un Carême très gourmand.

LES RENDEZ-VOUS DES FRÊNES :

Récollecion de Carême

Du vendredi **26 février** en soirée au dimanche **28** à 14h (et non pas du 4 au 6 mars comme annoncé erronément dans le dernier N° de l'Echotier !):

→ Récollecion de Carême à la Communauté des Frênes à Warnach pour préparer Pâques ensemble :

« Année Bissextile,
ou l'occasion d'un jour de plus
pour faire MISERICORDE
Vivre Pâques comme un printemps. »

Animation : Philippe Moline

PAF : 60 € (pension complète) - 36 € (sans logement) adaptable aux possibilités de chacun. - 5 € par jour pour ceux qui ne prennent aucun repas.

→ Inscriptions souhaitées 10 jours avant la retraite.



Le « Pot-au-feu de la mi-Carême » :

Le vendredi **4 mars** dès 19h30 (également possible sans viande) - au profit des chrétiens persécutés d'Orient.

PAF adultes 20 €, jeunes 10 €, menu enfants de 6 à 12 ans à 5 €.

→ Inscriptions aux Frênes pour le 25 février.

Pâques :

Table ouverte aux Frênes, le Dimanche de Pâques **27 mars** à 12h30 ; pour marquer dans la joie la journée la plus importante du calendrier des chrétiens autour d'une table fraternelle.

→ Invitation fraternelle à tous et participation aux frais libre.

(Inscription aux Frênes pour le 20 mars.)

Au-delà des propositions de ce livret...

- Les liturgies du Carême et de la Semaine Sainte nous offrent l'occasion d'inscrire notre Carême en communauté d'Eglise. A vivre en tout ou en partie...

- L'Eglise nous invite à vivre le Mercredi des Cendres et le Vendredi Saint en grande sobriété, et pourquoi pas en jeûne complet...

- N'hésitez pas à nous faire part de vos suggestions, idées, critiques, initiatives, en vue d'améliorer l'édition 2017 de ce carnet de Carême !

Les Frênes Communauté

Venelle Saint Antoine à Warnach, 52 - 6637 Fauvillers (Belgique)

Tél : (0032) 063/60.12.13

les.frenes@skynet.be - www.lesfrenes.be

Quelques textes à méditer

Le frère n'est pas une option, c'est un devoir et une joie.
En Jésus nous devenons fils et frères.

Entrer en Miséricorde rejoint deux voies qui se manifestent de plus en plus dans notre Occident déboussolé, ce sont les voies de la SOBRIETE et de la LENTEUR.

Le Carême peut être une occasion unique pour réorganiser nos vies dans un refus de consommation effrénée et dans une pratique habituelle du SLOW (le lent) à expérimenter dans des pratiques éco-justes et de vie saine-simple-fraternelle. Pour en faire un peu plus durant ce temps du Carême, consultez le programme proposé par la Lettre des Frênes pour le Carême (voir le site des Frênes ou demander le programme écrit).

A méditer cette phrase du philosophe français Raphaël Enthoven :

« On va plus vite, mais on ne va nulle part ».

Le carême un temps pour prier, un temps pour partager et un temps pour jeûner.

(Philippe Moline - « L'Echotier » février 2016)

Prière chrétienne de la Communion des Frênes.

Viens, Esprit-Souffle,
féconder mon cœur de béatitude(s)
et déchaîner mes entraves.

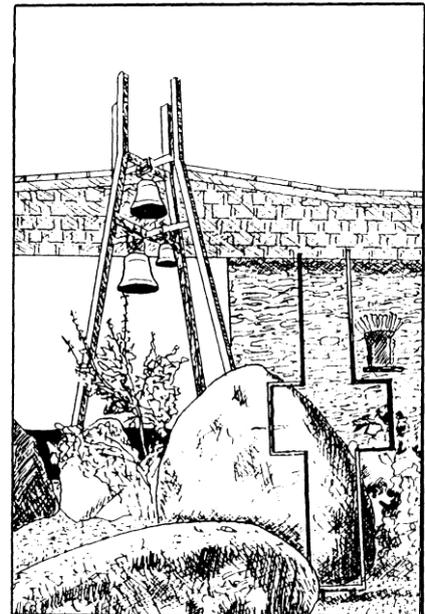
Insinue-toi en grâces,
toi seul hôte apte à rendre ma vie habitable :
chemin agréé vers l'hospitalité lumineuse
du Père cordieux enfin envisagé.

Dévoile-moi par Jésus d'Emmaüs et d'Effata.

Donne-nous d'être à la Communion des Frênes
pour qu'elle soit Petite Famille Pascale
en ces temps d'agnelage.

Fais de moi un mini verbe, microchrysostome,
pour une Parole purifiée au feu d'amour, auréée,
une Parole qui est en sourcedieu.

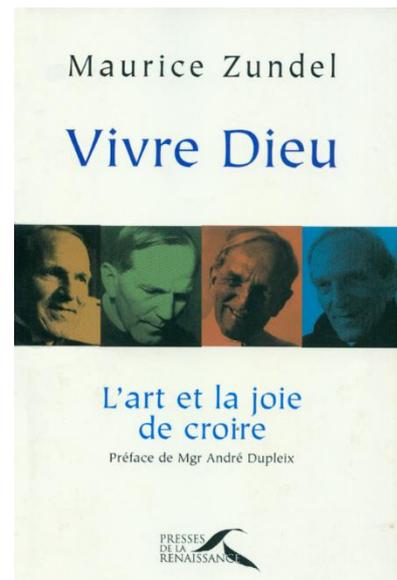
Saint Esprit sois foi de nous.



Maurice ZUNDEL :

« Vivre Dieu »

*Presses de la Renaissance,
Paris, 2007*



N'aimer que soi, c'est se détruire

Si l'on peut parler d'un narcissisme de l'esprit, Lady Macbeth en représente l'un des cas les plus singuliers : les autres ne l'intéressent qu'en fonction d'elle-même. On n'a jamais posé avec plus de puissance que Shakespeare ne l'a fait ici le problème de la connaissance de soi. Rien n'est plus pathétique que de contempler cette âme solitaire, liée à soi, chassée de soi, incapable de coïncider avec soi, de vivre : ni en soi ni en dehors de soi. C'est que l'on n'entre pas dans sa propre conscience comme on s'introduit dans un moulin. Notre intimité personnelle, tant qu'elle demeure inconquise, nous est aussi inaccessible qu'elle l'est à autrui.

Nous ne dominons rien tant que nous n'avons pas acquis la maîtrise de nous-mêmes, tant que des forces obscures disposent de nous, comme elles font des choses, rien ne nous distinguant de celles-ci, aussi longtemps que notre action n'a pas sa source en nous, qu'elle n'obéit pas à des motifs essentiellement gratuits, qu'elle n'est pas créatrice de valeurs désintéressées.

Pour atteindre à notre identité personnelle, il nous faut dépasser ce faisceau d'instincts et de dynamismes, de pouvoirs d'agir, que nous tenons de notre naissance et en fonction duquel, tant que nous n'en réalisons pas les virtualités spirituelles, nous ne sommes qu'un fragment de l'espèce, qu'un fragment de l'univers.

p. 69

« Pour rencontrer le Fils de Dieu, il nous faut d'abord devenir avec lui des fils de l'homme. »

Les apôtres ne se sont pas mis martel en tête pour hausser Jésus au rang de Dieu, comme certains critiques, pour avoir inconsciemment matérialisé toutes les données du problème, peuvent l'imaginer. Leur cœur s'est brûlé à cette sainteté divine et ils ont compris que le trouver, c'était trouver Dieu, et que le royaume dont il leur proposait le mystère, c'était, avant toute chose, lui en eux.

Il nous faut, avec lui, nous mettre au service de l'homme. Il nous faut vénérer, respecter et glorifier la vie, car c'est quand la vie sera plus belle, quand la vie fleurira que le royaume de Dieu sera accompli. C'est quand il y aura de la joie autour de nous, c'est quand les intimes qui nous environnent seront plus heureux à cause de nous que nous serons vraiment les disciples de l'Évangile qui est la Bonne Nouvelle.

Il faut, avec lui et à travers lui, dans un silencieux agenouillement de l'esprit, conduire chacun à son sanctuaire intérieur sans parler de Dieu, mais en le donnant, comme une respiration de lumière et d'amour. Car de Dieu on ne peut rien dire sans risquer de le limiter, mais Dieu, on peut le vivre admirablement.

Si ceux qui nous entourent le respirent en nous, s'ils découvrent à travers nous cet espace intérieur, s'ils se sentent par nous affranchis, libérés, s'ils sont plus heureux, si leur tâche est moins lourde, si leur

espérance est plus ferme, alors ils comprendront, sans que nous ayons besoin de le leur dire, que le Christ est en nous et qu'il est en eux, qu'il les attend comme un ami au plus intime d'eux-mêmes.

p. 188

« Jésus nous convertit à l'humain. »

Dans l'agenouillement de Jésus-Christ il y a, justement, cet appel à chacun de nous ; dans l'agenouillement de Jésus-Christ il y a cette révélation : que le sanctuaire de Dieu, c'est l'homme. Le Temple, désormais, est condamné : le Temple s'écroulera, le Temple sera incendié. Il ne faut pas chercher Dieu ni sur le Garizim, ni sur la colline de Sion - il ne faut pas chercher Dieu dans un temple fait de main d'homme. Le sanctuaire de la divinité, c'est la conscience humaine. Davantage, c'est là qu'il faut chercher le ciel : « Le ciel, c'est l'âme du juste » Le ciel, est ici et maintenant : le ciel est au-dedans de nous ; le ciel c'est nous, finalement, ouverts sur l'amour éternel qui ne cesse pas de se donner et de nous être présent, quelles que soient notre absence et notre indifférence.

En fait, c'est nous qui sommes une menace pour Dieu. Ce n'est plus nous qu'il s'agit de sauver, mais Dieu qu'il faut sauver de nous-mêmes. Jésus, donc, veut éveiller dans le cœur de ses disciples - et dans le nôtre - ce sens du péril de Dieu. Il veut les rendre attentifs - et nous-mêmes - à ce trésor caché au fond de nous-mêmes et qui est confié à notre sollicitude.

Voilà le sens de l'aventure humaine. Là il y a un levier, là il y a un appel, il y a un bien suprême en lequel nous pouvons tous nous joindre et nous retrouver, un bien en péril infini, et qui est remis entre nos mains.

p. 189

La présence éternelle du Christ au monde

La voix humaine, cette chose prodigieuse où un homme se révèle ou se laisse deviner, qu'est-ce que c'est ? C'est le chiffre d'une vibration à travers des états d'âme. La voix humaine, qui peut passer de l'état passionnel le plus sauvage jusqu'à l'incantation la plus artistique, conserve une certaine identité. Elle a le même chiffre de vibrations bien qu'elle puisse indiquer les ténèbres et les lumières, les hurlements d'Hitler à Nuremberg ou la voix de cette femme qui accompagnait son mari à la mort en lui murmurant une incantation lumineuse et musicale. La voix nous fournit l'image la plus émouvante de notre identité qui est une réalité psychosomatique. On ne peut distinguer ce qu'on appelle « le corps » et ce qu'on appelle « l'âme ». Il n'y a qu'une seule réalité et nous pouvons la figurer en disant qu'elle est le chiffre d'une vibration. Cette identité se survit. Tout cela se survit, il n'y a pas de mort. Le cadavre n'est pas le corps. Le cadavre est le résidu de ce placenta qui nous liait à ce monde pour y vivre, pour en dépendre ou en triompher. Tout l'être humain demeure comme une voix qualifiée par nos choix.

Nous pouvons envisager l'humanité du Christ comme une certaine longueur d'onde, une vibration virginale, absolument décantée, dont la musique est parfaite, une vibration permanente, émise constamment à travers tout l'univers. Cette vibration, spirituelle, ne pourra être perçue que par un être en résonance intérieure avec elle, comme la voix de cette femme qui accompagne son mari à la mort, cette voix qui le pénètre au plus intime de lui-même parce que le dialogue avec cette voix était sa vie même. Si la présence du Christ vibre continuellement dans l'univers, encore faut-il qu'elle soit reçue comme la voix de la femme a été reçue par son mari mourant, que nous soyons réellement présents.

Précisément, la fraction du pain ou le rite eucharistique a pour but non pas de nous le rendre présent puisqu'il est cette vibration permanente qui ne cesse d'être présente, mais de nous rendre présents.

Dans le Christ ressuscité, c'est une humanité qui ne dépend plus de l'univers, tout en gardant le pouvoir de s'y manifester. Il est entré portes closes, il s'en va de même. Il apparaît et disparaît, manifestant d'une manière la plus éclatante qu'il ne dépend ni de l'espace ni du temps et que, désormais, l'univers n'est plus pour lui la source d'une dépendance, que c'est lui au contraire qui dispose de l'univers, réalisant ainsi une indépendance dont nous portons en nous le vœu le plus ardent.

La vie éternelle, c'est la vie d'un Autre en moi. C'est cela l'unique espoir de l'existence : ce trésor qui est confié à notre vie, cette possibilité de s'arracher à soi, de se perdre dans l'Autre et d'être jusqu'au bout l'affirmation de Jésus-Christ.

La vie est l'enfantement de Dieu.

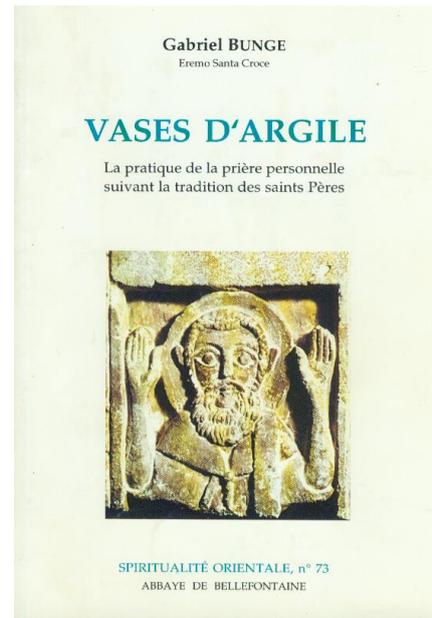
pp. 272-273

Gabriel BÜNGE :

« Vases d'argile »

La pratique de la prière personnelle
suivant la tradition des saints Pères.

Spiritualité orientale, n° 73
Abbaye de Bellefontaine, 1998



Il y a une réponse très simple à la question embarrassée de savoir pourquoi la foi «s'évapore» chez un nombre croissant de chrétiens, en dépit de tous les efforts pour la ranimer. Une réponse qui n'embrasse pas toute la vérité sur l'origine de la crise, peut-être, mais qui indique un moyen d'en sortir : la foi « s'évapore » quand elle n'est plus *pratiquée* d'une manière conforme à son essence.

Le terme de « pratique » ne s'applique pas ici aux multiples formes d'« engagement social » qui sont depuis toujours l'expression naturelle de l'agapè chrétienne. Si indispensable que soit cette action « vers l'extérieur », elle devient superficielle, comme une fuite dans l'activisme, voire une forme subtile de *l'acédie*, du dégoût, si aucune action « vers l'intérieur » n'y correspond plus.

L'« action intérieure » par excellence, c'est la prière dans toute la plénitude de signification dont ce concept s'est chargé dans l'Écriture et la Tradition. « Dis-moi *comment* tu pries, et je te dirai ce que tu crois », pourrait-on dire en transposant le proverbe. Dans la prière, jusques et y compris dans la *pratique* de la prière, se manifeste l'essence de l'être chrétien, comment le croyant se situe vis-à-vis de Dieu et vis-à-vis de son prochain.

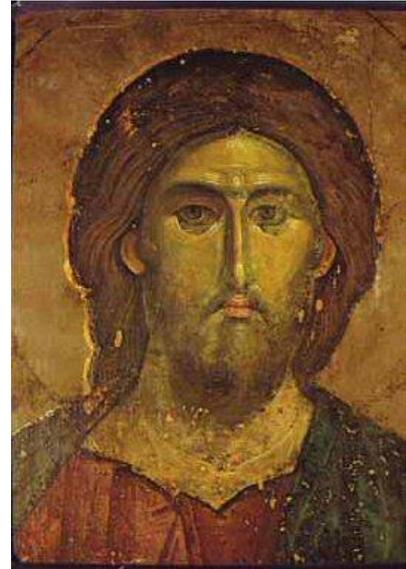
À la limite, on peut donc dire : *le chrétien n'est vraiment lui-même que dans la prière.*

Le Christ lui-même en est la meilleure démonstration. Car son être, sa relation à Dieu - relation unique en son genre -, lui qu'il appelle « mon Père », ne se manifeste-t-elle pas justement dans sa prière, telle que les synoptiques puis Jean la mettent en lumière ? Les disciples, en tout cas, l'ont ainsi compris et quand ils lui demandèrent : « Seigneur, apprends-nous à prier ! », Jésus leur a légué le Notre Père. Avant même qu'il y ait un Credo comme somme de la foi chrétienne, ce texte tout simple récapitule exactement, *en forme de prière*, l'essence du christianisme : cette relation entre Dieu et l'homme que le Fils unique de Dieu fait homme a établie en sa propre personne. Ce n'est certainement pas un hasard.

Selon l'enseignement de la Bible, l'homme a été *créé* « selon l'image de Dieu », c'est-à-dire suivant l'interprétation si profonde qu'en ont donnée les Pères, « comme image de l'image de Dieu » (Origène), du Fils donc, qui seul est « Image de Dieu » en un sens absolu. Mais l'homme est encore *destiné* à être « à l'image et à la ressemblance » de Dieu. Un *devenir* lui est ainsi assigné : d'un être « selon l'image de Dieu » à un être - eschatologique - à la « ressemblance » avec le Fils.

Il découle de sa création « selon l'image de Dieu » qu'au plus profond de son être l'homme est *attiré* vers Dieu (« *fecisti nos ad te...* », Saint Augustin), suivant l'analogie de la relation entre le modèle et son portrait. Cette relation n'est pas statique cependant comme le serait la relation entre le sceau et son empreinte, mais vivante, dynamique, elle ne se réalise totalement que dans un devenir.

Concrètement, ceci signifie pour l'homme qu'il possède un *visage*, par analogie avec son Créateur. De même que Dieu, lui qui est personne au sens absolu et qui seul peut créer un être personnel, possède un « visage », son Fils unique - d'où l'équivalence que les Pères établissent entre les expressions bibliques « image de Dieu » et « visage / face de Dieu » -, ainsi l'homme en tant qu'être personnel créé, a lui aussi un « visage ».



Le « visage » est ce « côté » de la personne qu'elle tourne vers une autre personne quand elle entre en relation personnelle avec elle. Un « visage », en effet, représente une « *offre de rencontre* ». Seule une personne peut, au sens propre, étymologique, avoir un « vis-à-vis » vers lequel elle se tourne (ou dont elle se détourne). Être une personne - et pour l'homme cela signifie toujours devenir une personne - se réalise dans la rencontre « face à face ».

C'est pourquoi saint Paul oppose notre connaissance actuelle de Dieu, encore indirecte, « dans un miroir, en énigme », à la béatitude parfaite, eschatologique, dans la connaissance « face à face », par laquelle l'homme « connaît comme il est connu ».

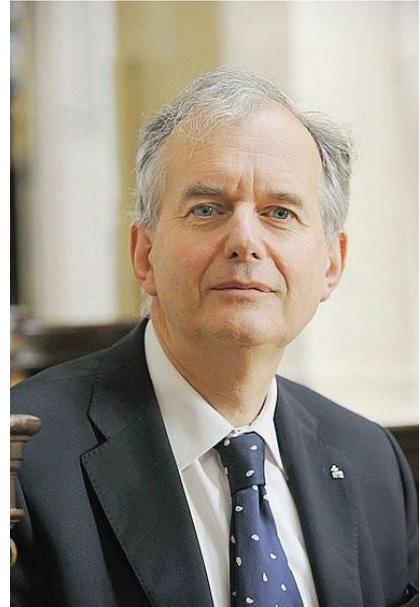
Ce qui est dit ici de l'être spirituel de l'homme trouve aussi son expression dans son être corporel, physique. C'est son *visage*, - sa physionomie -, sur lequel se reflète cet être spirituel. Tourner son visage vers autrui, ou l'en détourner intentionnellement, n'est pas, en soi, une attitude indifférente, comme chacun sait, mais c'est un geste d'une grande portée symbolique : il indique si nous désirons entrer en relation personnelle avec quelqu'un d'autre ou si nous le lui refusons.

Ici-bas, cette relation à Dieu trouve son expression la plus pure dans la prière, dans laquelle effectivement, la créature se « tourne » vers son Créateur, et précisément quand l'orant « cherche la face de Dieu » et prie le Seigneur de « faire briller sur lui sa face ». Dans ces expressions, et d'autres semblables du livre des Psaumes, - qui ne sont absolument pas de simples métaphores poétiques -, s'exprime l'expérience fondamentale de l'homme de la Bible pour qui Dieu n'a rien d'un principe impersonnel abstrait, mais est une personne au sens absolu. Un Dieu qui se *tourne* vers l'homme, qu'il appelle à lui, et dont il attend aussi qu'il se tourne vers lui. Et c'est bien ce qu'il fait sous la forme la plus pure dans la prière, où il « se tient devant Dieu », âme *et* corps.

pp. 16-19

Toutes les créatures

Père François EUVE,
jésuite, théologien, physicien,
directeur de la revue *Etudes*



Un des apports significatifs de l'encyclique « *Laudato si* » est la reconnaissance de la « valeur propre » de toutes les créatures. Cela peut sembler d'une grande évidence. Tous les êtres ne sont-ils pas issus de l'inépuisable bonté du Créateur ? Dieu lui-même n'a-t-il pas reconnu que tout ce qu'il avait fait était « très bon » ? Pourtant, depuis le commencement de l'humanité, l'homme a une fâcheuse tendance à se placer au centre, à contempler son « environnement » à partir de là et à déterminer la valeur des êtres en fonction de la plus ou moins grande distance qui les sépare de lui.

Lorsque le pape François invite à quitter le centre pour les périphéries, c'est aussi de cela qu'il s'agit. Les premières périphéries sont les frères et sœurs en humanité qui occupent les places les plus basses dans la hiérarchie sociale habituelle, comme dans nos petites hiérarchies personnelles. Les envisager avec respect et « considération » est la première étape de la conversion.

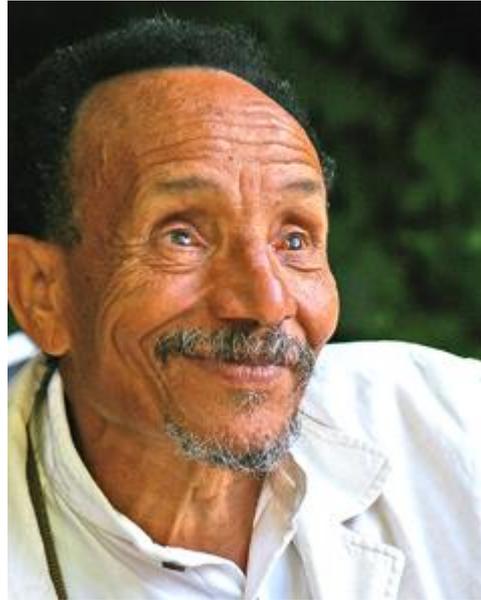
Il y a des périphéries plus éloignées : l'animal, le végétal, le minéral. Le commandement divin n'ignore pas la hiérarchie : l'humanité est invitée à « soumettre et dominer » la terre. Mais dominer n'est pas mépriser. Soumettre n'est pas exploiter à son profit exclusif. La valeur des créatures ne vient pas de leur seule utilité pour l'homme (l'animal pour sa force de trait, son cuir ou sa viande, la plante pour sa valeur nutritive ou médicinale).

La contemplation est une bonne école pour retrouver ce sens de la valeur des créatures. Elle peut aider à prendre conscience que ces êtres ne sont pas seulement des « choses », des objets inertes. Les anciens leur attribuaient une « âme ». Disons plutôt qu'ils ont une certaine « capacité », une action propre. Thomas d'Aquin, que cite le pape François dans son encyclique, avait cette belle image : « Comme si l'artisan constructeur de navires pouvait accorder au bois de pouvoir se modifier de lui-même pour prendre la forme de navire ». Apprenons à contempler la nature en action. •

Eloge de la modération

Pierre RABHI,
écrivain et paysan.

Fondateur du mouvement *Colibris*



Dans nos sociétés modernes gâtées, le sentiment permanent du manque s'est développé comme un poison. Illusionnés par le culte d'une croissance indéfinie, nous avons instauré le règne de la quantité et aboli la juste mesure. Les biens se sont banalisés avant même d'avoir assouvi les désirs. Or, l'accumulation de possessions ne garantit en rien la joie de vivre.

En Grèce antique déjà, la démesure - *l'hubris* - était considérée comme un crime, engendrant la juste colère des Dieux visant à rétablir l'équité.

En ce début de XXI^e siècle, notre immodération est la source de très nombreux déséquilibres, en termes de dissipation des ressources naturelles comme d'inégalités planétaires. La démesure des uns provoque la ruine et l'indigence des autres. La perception d'une planète merveilleuse pourvoyeuse de toutes les offrandes jubilatoires est ravalée à celle d'un gisement de ressources à épuiser. La spéculation et le négoce autour de la terre nourricière sont devenus insensés.

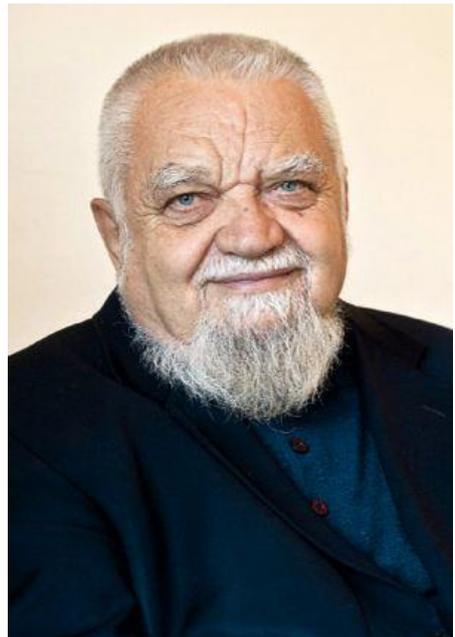
Comment dès lors retrouver le sens, retrouver la mesure ? Parce que le monde actuel nous pose l'ultimatum de changer pour ne pas disparaître, peut-être aurions-nous grand intérêt à nous inspirer des processus de notre terre mère et à opter délibérément pour la modération. Elle m'apparaît comme une option consciente, un devoir moral.

La modération est puissante car elle concentre nos efforts sur l'essentiel. Elle libère du temps pour être et admirer, plutôt que pour consommer. Elle devient une posture de solidarité : modéré dans mes besoins, je permets à d'autres de satisfaire les leurs. Je ne dis pas que le chemin est facile. La modération peut transformer le monde à condition qu'elle révèle une transformation sincère de l'être humain lui-même, nourri du sentiment profond d'appartenance à la réalité vivante universelle.

Faisons le choix ensemble d'une véritable insurrection contre la démesure, source de plus de frustrations que de satisfactions. Préférons-lui ensemble la modération, cette puissance libératrice.

La table, lieu de la foi

Enzo BIANCHI,
Prieur et fondateur de la communauté œcuménique de Bose
(Italie)



On associe rarement la foi à un lieu, ou alors au cadre sacré d'une église. Mais le contexte beaucoup plus quotidien de la table est en réalité un des espaces essentiels où la foi fleurit. C'est devant une table qu'on célèbre le sacrement du Repas du Seigneur, et c'est autour d'une table que les chrétiens partagent l'agape. Les Évangiles montrent souvent Jésus à table : lors du premier « signe » à Cana de Galilée (Jean 2, 1-11) ou du dernier repas avec ses disciples (Matthieu 22, 14-23). Mais aussi dans des circonstances plus ordinaires : lors du banquet où l'invite cet homme passé d'une vie de péché à la suivance du Christ (Matthieu 9, 9-13) ; dans la situation joyeuse d'une amitié partagée (Luc 10, 38-42) ; au moment de recevoir, dans la maison d'un Pharisien, les signes d'affection d'une prostituée (Luc 7,36-50). Par ailleurs, Jésus dresse lui-même la table dans le désert pour les foules affamées qui le suivent (Marc 6, 3-44) et, en tant que Seigneur ressuscité, il rassasie ses disciples de poisson grillé et de pain (Jean 21,9-14).

La table doit avoir été à ce point chargée de sens pour Jésus que ses premiers disciples y manifestaient eux aussi leur différence chrétienne : « Ils rompaient le pain, prenant leur nourriture dans l'allégresse et la simplicité de cœur » (Actes des Apôtres 2,46). Lorsqu'ils se retrouvaient à table, les premiers chrétiens écoutaient la Parole et rappelaient les paroles de Jésus. La table, pour eux, était la table de la Parole, cette dernière devenant nourriture pour leur foi. Mais à table, les premiers chrétiens n'écoutaient pas seulement la Parole de Dieu et les paroles de Jésus : ils faisaient aussi mémoire du Seigneur à travers la célébration de l'eucharistie. Par les signes du pain rompu et du vin partagé, ils participaient à l'événement pascal et étaient transformés dans le corps même du Christ. À cette table, qui n'est autre que celle de la Parole « précipitée » en eucharistie, c'est toujours le Seigneur qui appelle et bouleverse les siens par son corps, son pardon, son ivresse.

Mais ce n'est pas tout : cette table des premiers chrétiens est aussi celle de la fraternité, de la communauté, du partage. Là, « tout était commun » (Actes des Apôtres 4,32), et personne ne restait esclave du besoin. Dans cette fraternité vécue, toute personne rencontrée devient signe de la présence du Christ. Oui, la Parole, l'eucharistie, le frère : trois réalités partagées autour d'une même table qui toujours alimentent notre foi.

Excès de lenteur

Fabrice HADJADJ,
philosophe, dramaturge, enseignant



Mon ami André Peunault, maraîcher, s'est fait récemment arrêter pour excès de lenteur. Il estime que l'homme ne devrait jamais dépasser les trente kilomètres à l'heure, sans quoi il «perd le monde ». C'est ce qu'observait Saint-Exupéry peu avant sa mort. Après avoir fait l'éloge de l'avion qui fait voir la Terre et la rassemble dans l'unité, il se ravise et commence à faire l'éloge de la carriole : « Par elle, j'ai découvert l'herbe des chemins. Les moutons et les oliviers. Ces oliviers avaient un autre rôle que celui de battre la mesure derrière les vitres [...]. Ils se montraient dans leur rythme vrai qui est de lentement fabriquer des olives. »

Il est facile d'aller toujours plus vite. C'est d'ailleurs une forme de régression. En effet, l'animal le plus rapide est un acarien originaire de Californie - comme les stars d'Hollywood -, plus connu sous son petit nom scientifique de *Paratarsotomus Macropalpis*. Cet acarien, qui n'est rien d'autre qu'une variété de mite, est capable de parcourir 322 fois la longueur de son corps en une seconde, ce qui, rapporté à notre taille, correspondrait à du 2 100 km/h. Pourquoi une telle célérité ? Parce que la mite en question est focalisée sur ses buts instinctifs, qu'il faut rejoindre au plus vite (la distance entre le pull en laine et la culotte de coton, en contournant la naphtaline, est assez grande et périlleuse pour un insecte de 0,5 mm). La pauvre est complètement obnubilée par ses objectifs, comme certains chefs d'entreprise : elle ignore la flânerie, parce que la flânerie est le propre de l'humain.

La difficulté n'est donc pas d'aller plus vite, mais d'aller à la bonne vitesse. Pour André, cette vitesse de croisière épouse tantôt la pousse de ses légumes tantôt le marchandage autour de son étal. Il me disait la dernière fois, comme je lui prenais des aubergines : « L'escargot ne perçoit pas le temps comme nous. Pour ce qu'il doit être, il va aussi vite que ta mite ultra-rapide. Mais nous, que devons-nous être avant tout ? Des recordmen ou des poètes ? »