

# REGARD

## CONNAISSEZ-VOUS LES ORIGINES DU CARÊME ?



**LE CARÊME EST UN TEMPS DE JEÛNE, PRIÈRE ET PARTAGE POUR SE RAPPROCHER DE DIEU DANS L'ATTENTE DE LA FÊTE DE LA RÉSURRECTION**

© Godong

## SOMMAIRE

Édito de Mme Fabienne Gigon, représentante de l'évêque _____ p. 2	Le saviez-vous? _____ p. 5
Les origines du Carême chrétien : entretien avec l'abbé Alain René Arbez _____ pp. 3-4	Une prière à Genève _____ p. 5
	Portrait _____ p. 6
	La parole est à vous _____ p. 6

# ÉDITO

L'ancrage des efforts de Carême dans la Bible est certain (cf. Mt 6,1-6.16-18), et leur articulation naturelle. Jeûner produit des économies mises au service de la solidarité et de la diaconie, donc de nos sœurs et frères en Christ. Notre prière appuie ces efforts et nous rapproche du Seigneur, qui, dans sa passion des êtres humains mourra en croix pour nous faire participer de sa nature divine en ressuscitant des morts.

Cette dynamique devrait habiter notre quotidien, mais l'Église connaît la capacité d'oubli des humains. Dans sa sagesse, elle nous invite chaque année en Carême (quoique l'Avent ne soit pas exempt de ces préparatifs au mystère de l'Incarnation), à un temps d'arrêt afin de discerner, et si nécessaire ajuster nos pratiques et l'orientation de notre cœur.

A titre personnel, je vis ce moment avec reconnaissance pour ce qu'il me permet de mieux comprendre de mon comportement et comme une grâce pour ce que je découvre et mets en œuvre chaque année.

En rédigeant ce message, j'ai à l'esprit les montres connectées qui enregistrent nos efforts sportifs, mesurent notre progression, graphiques, encouragements et 'badges d'accomplissement' à l'appui. Certains sont euphoriques de ce défi personnel continu.

La foi en action est à mon sens du même ordre et nous pourrions la vivre au quotidien avec l'assiduité et l'élan que beaucoup mettent dans le sport.

Le Carême peut ainsi être notre 'montre connectée' au Seigneur. Il marque le temps entre le Mercredi des Cendres qui nous invite à la conversion, et sa Résurrection, nous permettant ainsi de le suivre dans sa passion, afin de nous élaner vers Lui et à sa suite.

Profitions de faire bon accueil aux enveloppes d'Action de Carême pour soutenir des projets de solidarité à travers le monde et au calendrier qui les accompagne.

Bon discernement et belles rencontres solidaires et spirituelles !

**FABIENNE GIGON**  
REPRÉSENTANTE DE  
L'ÉVÊQUE POUR LA RÉGION  
DIOCÉSAINE GENÈVE



© R. LUSSEY



## COMMENT LE CARÊME A ÉVOLUÉ AU FIL DES SIÈCLES

Pour les chrétiens, le Carême est une période de prière, de repentir, de purification et de préparation à la fête pascale. L'histoire du Carême chrétien est très ancienne. Selon plusieurs sources, les premiers chrétiens ont commencé très tôt à observer un jeûne de trois jours, du Jeudi saint au matin de Pâques.

### Aux III<sup>e</sup>-IV<sup>e</sup> siècles

Un jeûne de quarante jours existait déjà en Égypte entre la fin du III<sup>e</sup> siècle et le début du IV<sup>e</sup> siècle, mais il célébrait surtout le jeûne du Seigneur au désert. C'est vers la seconde moitié du IV<sup>e</sup> siècle, en lien avec la préparation des catéchumènes au Baptême, qu'on vit apparaître la pratique du Carême.

Dans un premier temps, il débutait le sixième dimanche avant Pâques. Au VI<sup>e</sup> siècle, voulant assurer quarante jours de jeûne effectif, et le dimanche échappant à cette pratique, le début du Carême a été fixé au mercredi qui précède le sixième dimanche avant la fête de la Résurrection.

Les rigueurs du Carême ont varié selon les époques. Au IV<sup>e</sup> siècle, saint Augustin (354 - 430) insiste déjà sur le fait qu'il

faut ajouter au jeûne la prière, la générosité dans l'aumône et le pardon des offenses.

### Aujourd'hui

Aujourd'hui, le temps du Carême suit les dispositions du Concile Vatican II : il commence avec mercredi des Cendres et se termine le Jeudi saint. En 2024, la période du Carême débutera le mercredi 14 février avec le Mercredi des Cendres et s'achèvera le 28 mars avec le Jeudi saint.

Pour approfondir le sens du Carême, nous vous proposons un entretien avec l'abbé Alain René Arbez, membre de la Commission mixte judéo-catholique (JRGK) de l'Université de Lucerne. Le Carême chrétien provient directement du judaïsme, souligne-t-il.

# LE CARÊME : DES ORIGINES JUDAÏQUES À AUJOURD'HUI

## ENTRETIEN AVEC L'ABBÉ ALAIN RENÉ ARBEZ, MEMBRE DE LA COMMISSION MIXTE JUDÉO-CATHOLIQUE (JRGK) DE L'UNIVERSITÉ DE LUCERNE

Regard : Quelles sont les origines du Carême ?



Abbé Alain René Arbez

**Abbé Alain René Arbez :** Le mot carême vient du latin quadragesima, qui signifie 40, chiffre biblique symbolique. En effet ce sont 40 jours de préparation aux fêtes pascales qui célèbrent la Résurrection du Christ. Le Carême chrétien est une pratique de pénitence et de purification qui provient directement du judaïsme : 40 ans de pérégrination du peuple d'Israël dans le désert, en route vers la terre promise. 40 jours de Moïse et d'Elie sur le Mont Sinäï à la rencontre de Dieu,

40 jours de jeûne de Jésus au désert après son baptême pour faire ses choix en affrontant les tentations de Satan.

Dans les siècles passés, le temps du Carême a constitué une période marquante dans la vie concrète des chrétiens. De nos jours, ces exigences se sont considérablement assouplies, comprises de façon souvent désinvolte.

Pourtant, Jésus a enseigné à ses disciples une pratique de remise en question de soi reposant sur trois démarches de la tradition juive : **la prière, le jeûne et le partage.**

L'attitude de repentance est au cœur de la bible hébraïque. Ainsi l'expression pénitentielle « le sac et la cendre » revient souvent dans les témoignages bibliques pour exprimer l'humilité du croyant face à Dieu. Les prophètes Jérémie et Ezekiël annoncent au peuple que s'éloigner du projet de Dieu est une façon inexorable de s'attirer de graves problèmes. Job se couvre de cendres après avoir perdu ses biens et ses enfants, en demandant à Dieu de l'aider à sortir de cette épreuve. Le livre de Jonas nous décrit les

habitants de Ninive, avertis des dangers, se couvrant de sac et de cendre pour demander la force de Dieu.

Dans le judaïsme qui irriguait les pratiques des premiers chrétiens, on trouve cette conscience de la fragilité humaine mise au premier plan. La fête principale de la tradition hébraïque est le Yom Kippour ou Grand Pardon. A cette occasion, il est demandé d'aller se réconcilier avec les personnes que l'on a pu offenser. Dieu bénit ceux qui se rendent capables de changer de comportement en se dépassant.

**Il y a-t-il des différences entre le Carême catholique et celui d'autres confessions chrétiennes ?**

**Abbé Alain René Arbez :** Le Carême chrétien est vécu différemment selon les dénominations et les traditions. Chez les protestants, l'approche ne rejoint pas celle des catholiques et des orthodoxes, pour des raisons théologiques et historiques. Selon la logique de Luther et Calvin, le Carême ne doit pas être une occasion de donner de l'importance aux « œuvres » personnelles. Avec le postulat

« Sola Fides, Sola Gratia », le salut est donné inconditionnellement, puisque chacun est touché par la grâce. Ce qui n'empêche pas les protestants de se fixer quelques objectifs de vie durant ce temps qui prépare à Pâques. Période de réflexion sur sa propre manière de vivre, et opportunité d'exprimer des solidarités, par exemple en participant à l'action œcuménique *Pain pour le Prochain* et *Action de Carême*.

Chez les chrétiens orthodoxes, le Carême revêt une importance majeure. Le jeûne et la pénitence sont des pratiques encore aujourd'hui importantes dans la tradition du Grand Carême. Il s'agit de s'abstenir d'aliments comme la viande, les produits laitiers, les œufs, le poisson, l'huile et le vin. La pénitence est considérée comme une véritable guérison spirituelle. Les œuvres de charité ont aussi toute leur place durant cette période. Ce qui conduira à célébrer la Pâque du Christ dans une grande festivité liturgique.

### **D'autres traditions religieuses connaissent des pratiques d'abstinence et de prière. Quelles sont-elles ?**

**Abbé Alain René Arbez :** Le jeûne est une pratique que l'on retrouve dans des sphères religieuses très diverses. Aujourd'hui, la visibilisation du ramadan, liée à l'importance démographique des populations musulmanes en Europe, réactive fortement les images identitaires. Ainsi, le **jeûne islamique** se présente comme une pratique très différente du jeûne selon la Bible, puisqu'il est intermittent. On jeûne la journée, ce qui peut être éprouvant, mais on se rattrape la nuit avec abondance de nourriture.

En Asie, continent empreint de religiosité, le jeûne pénitentiel tient une place non négligeable. Les traditions hindouistes et bouddhistes l'associent à la dévotion. Pour les hindouistes, c'est un acte moral et spirituel, car jeûne et pénitence contribuent à purifier le corps et l'esprit. En s'imposant des austérités, on se libère des désirs et des attachements afin d'accéder à la connaissance suprême. **Les hindous** jeûnent pour demander une grâce aux divinités et sont de ce fait capables de mortifications pour exprimer leur repentir.

Dans le **bouddhisme** et ses diverses branches, le jeûne pénitentiel est également présent. S'abstenir d'aliments et de boissons purifie spirituellement, renforce la maîtrise de soi et éloigne des désirs sources de souffrances. On considère par là que les actions négatives sont le fruit de l'ignorance et de l'attachement, et seules la sagesse et

la compassion pourront permettre de s'en libérer afin d'améliorer son karma.

Le point commun minimal de toutes ces pratiques religieuses semble être l'amélioration de la personne. Le jeûne et la pénitence auraient pour but de recentrer l'individu sur la dimension spirituelle de la vie en renforçant les convictions. ■

## **LE SENS DU PARTAGE DURANT LE CARÊME**

### **Le partage est un des « pilier » du Carême, comment le mettre en œuvre et quel en est le sens ?**

**Abbé Alain René Arbez :** Les pratiques pénitentielles présentes dans les religions ont pour effet de créer publiquement un questionnement opportun sur la fragilité humaine. Cela, malgré les prétentions technocratiques à l'heure de l'intelligence artificielle et de l'humanité « augmentée ».

En ce qui concerne le Carême des chrétiens, l'effondrement des pratiques religieuses en Occident et l'effacement des rituels n'empêchent pas que ce message, même minoritaire, touche des consciences en attente de réponses à leurs questionnements existentiels.

La marche du monde, les tragédies collectives, les revendications de dignité, tous ces signaux à décrypter urgemment face à l'avenir peuvent encourager à retrouver le sens ultime de la vie humaine, l'espérance de la résurrection où la vie l'emporte sur la mort, et où le bien triomphe du mal. Le jeûne nous alerte par rapport aux attitudes alimentaires : nous ne dépendons pas seulement de besoins physiologiques, mais de choix au niveau du désir et de la conscience des valeurs.

Pour les premiers chrétiens nourris de tradition biblique, le partage faisait toute la différence avec les mœurs païennes. **Le temps du Carême nous donne aujourd'hui les moyens concrets de faire grandir notre qualité de vie, à travers la prière, la remise en question des comportements, la solidarité active.** Tout est là pour nous rendre plus réceptifs à la Parole de Dieu, lumineuse d'actualité.



## LE SAVIEZ-VOUS ?

### LES CINQ DIMANCHES DU CARÊME : UNE BOUSSE POUR NOUS ACCOMPAGNER

Pour vivre spirituellement les 40 jours qui précèdent Pâques, les Évangiles des dimanches qui jalonnent le temps de Carême peuvent nous guider à vivre la valeur et le sens du Carême et de ses trois piliers : le jeûne, l'aumône et la prière.

Premier d'entre eux (**18 février**), le récit des tentations de Jésus dans le désert (Mc 1, 12-15) est une invitation à prendre conscience de la lutte à mener en tout temps contre les ténèbres du démon, aussi par l'expérience de la privation et la sobriété.

Le dimanche suivant (**25 février**), l'Évangile de la Transfiguration du Seigneur (Mc 9, 2-10) invite à nous « plonger dans la présence de Dieu », notamment par la prière et la lecture des Écritures.

Le troisième dimanche (**3 mars**), l'épisode de Jésus qui chasse les profanateurs du Temple (Jn 2, 13-25) nous rend attentifs au besoin de retrouver le sens de Dieu et du sacré et à nous libérer de l'esclavage de l'argent, du profit et des apparences.

Le quatrième dimanche (**10 mars**), l'annonce que Dieu a envoyé son Fils « pour que, par lui, le monde soit sauvé » (Jn 3.14-21) nous rappelle également que seul « celui qui fait la vérité vient à la lumière ».



Le dernier dimanche de Carême (**17 mars**) l'Évangile « Si le grain de blé tombé en terre meurt, il porte beaucoup de fruit » (Jn 12, 20-33) nous invite à suivre le Christ et nous introduit à la Passion et la Résurrection du Christ, et au dépassement de la mort.

Ainsi les cinq textes des Évangiles nous encouragent à une véritable immersion dans le sens de la vie, la mort et la Résurrection du Christ, au cœur de notre foi.

## UNE PRIÈRE À GENÈVE

### CARÊME, ROUTE VERS DIEU...



“ Seigneur, Dieu d'amour qui unit justice et miséricorde, tu n'es pas celui qui nous attend au virage.

Tu ne veux pas nous laisser perdre pied, aggraver nos angoisses, car tu n'es jamais un Dieu qui accable et qui humilie, mais à chaque instant tu nous tends la main, comme une Présence fidèle, un encouragement, un réconfort.

Pour que nous ne soyons pas désorientés par la tentation, attirés vers de mauvais choix, tu viens constamment à notre secours.

Ta Parole nous éclaire, si notre chemin de vie se fait obscur et que nous nous sentons perdus, sans repères...

Ta présence nous soutient quand les épreuves viennent brouiller les pistes qui conduisent à toi.

Seigneur, Ton Esprit créateur nous éclaire et nous redonne des forces pour traverser ces défis qui nous semblaient impossibles à surmonter.

Quand notre fardeau s'alourdit, tu déplaces les montagnes de nos appréhensions.

Mais comme au désert, nous avons besoin d'eau vive, pour continuer à marcher, tenir bon, ne pas dériver vers les mirages. Grâce à ton pardon, aide-nous à tourner la page de nos faux pas et à oublier l'amertume de nos déceptions.

Oui Seigneur, réconforte-nous quand nous avons de la peine à avancer, libère-nous de ce qui encombre notre âme et alourdit nos pas.

Que la Pâque de Ton Fils nous libère de toutes nos servitudes et dessine avec nous les heureuses perspectives de ton Royaume ! Amen ”

# CES ADULTES QUI DEMANDENT LE BAPTÊME

A Pâques, de nombreux adultes à travers le monde recevront le sacrement du baptême.

Connaissez-vous les personnes qui les accompagnent durant les mois de préparation avant de recevoir ce sacrement? A Genève, ce sont la Pastorale des chemins et les paroisses qui sont à leur service dans ce parcours de foi.



© Unsplash

Découvrez le témoignage d'Adèle\*, accompagnée par le service de catéchuménat, au sein de la Pastorale des chemins à Genève.

“J’ai été accueillie par toute l’équipe avec beaucoup de bienveillance. J’ai été prise sous l’aile de Christine, qui m’accompagne sur mon parcours de vie, dans cette nouvelle vie que j’ai choisie avec Dieu, qui m’éclaire de sa connaissance et de son savoir.

« Nous chantons aussi et avançons, tous ensemble, sur le chemin de la foi. »

Lors des réunions de groupe, je peux partager avec le reste de l’équipe, qui accueille sans jugement et avec amour les questionnements, les réflexions sur la vie. J’apprécie particulièrement écouter la parole de Dieu et l’histoire de la Bible.

Nous chantons aussi et avançons, tous ensemble, sur le chemin de la foi. Je suis reconnaissante d’avoir croisé leurs chemins à tous et de faire aujourd’hui partie de cette magnifique famille.”

\*prénom d'emprunt

## AVEC NOUS

### APPEL DÉCISIF DES FUTURS BAPTISÉS DE PÂQUES



L’Appel décisif, ultime étape avant le sacrement de baptême que les catéchumènes adultes recevront à Pâques, aura lieu dans notre diocèse le samedi 17 février 2024 à Lausanne. Prions pour eux.

### PORTES OUVERTES DES BUREAUX DE LA RUE DES GRANGES !

Avant le déménagement des bureaux de l’ECR au printemps, venez partager avec nous un moment convivial au 13 rue des Granges, le mardi 13 février de 16h à 19h. En présence notamment de Mgr Pierre Farine, évêque auxiliaire émérite de Genève, Mme Fabienne Gigon, Représentante de l’évêque pour la Région diocésaine Genève, Dominique Pittet, Secrétaire général, et Mme Nathalie Martinoli, archiviste de l’ECR.

Plus d’infos : [elisabeth.desoos@ecr-ge.ch](mailto:elisabeth.desoos@ecr-ge.ch)

Pour toute question, contactez Elisabeth de Soos au 022 319 43 58 ou par courriel à [elisabeth.desoos@ecr-ge.ch](mailto:elisabeth.desoos@ecr-ge.ch)



**POUR FAIRE UN DON... VIA NOTRE PAGE DE DON**

Vous pouvez scanner le QR code ou aller sur la page [www.eglisecatholique-ge.ch/faire-un-don](http://www.eglisecatholique-ge.ch/faire-un-don)

Merci !

➤ Par virement bancaire :  
IBAN : CH 39 0900 0000 1200 2782 6

MERCI !

**IMPRESSUM :** REGARD N°19, journal trimestriel - FÉVRIER 2024 | **Éditeur :** ECR Église catholique romaine de Genève, Rue des Granges 13, 1204 Genève **Conception et rédaction :** Service Développement et Communication de l’Église catholique romaine à Genève. **Rédactrice en chef :** Silvana Bassetti | **Mise en page :** Fred Escoffier | **Impression et distribution :** YooToo SA - Route des Jeunes 35 - CH - 1227 Carouge - Fondation BVA - Chemin de Maillefer 41 CH-1052 - Le Mont-sur-Lausanne | **Tirage contrôlé (REMP 2020) :** 15,000 exemplaires | Journal adressé aux donateurs et membres de l’Église catholique romaine à Genève.

[eglisecatholique-ge.ch](http://eglisecatholique-ge.ch) - T. 022 319 43 43 - [info@cath-ge.ch](mailto:info@cath-ge.ch) - CCP 12-2782-6