

# Trois attitudes pour vivre le Carême : écouter, jeûner, ensemble

« Écouter et jeûner. Le Carême comme temps de conversion », tel est le thème du message du pape Léon XIV pour ce temps liturgique qui commence ce mercredi 18 février, lorsque l’Église célèbre le **Mercredi des Cendres**, ouvrant 40 jours de préparation pour vivre le Mystère Pascal durant la Semaine sainte.

« Le Carême est le temps où l’Église, avec une sollicitude maternelle, nous invite à remettre le mystère de Dieu au centre de notre vie, afin **que notre foi retrouve son élan et que notre cœur ne se disperse pas entre les inquiétudes et les distractions quotidiennes** », rappelle le pontife au début de son message.

## Écouter le Seigneur

En ce sens — poursuit le pape — « le cheminement du Carême devient une occasion propice pour **prêter l’oreille à la voix du Seigneur et renouveler la décision de suivre le Christ**, en parcourant avec Lui le chemin qui monte à Jérusalem où s’accomplit le mystère de sa passion, de sa mort et de sa résurrection ».

L’attitude d’écoute est précisément la première clé que Léon XIV propose pour vivre ce Carême, « car **la disposition à écouter est le premier signe par lequel se manifeste le désir d’entrer en relation avec l’autre** ».

De manière particulière, le pape souligne l’importance **de « laisser place à la Parole à travers l’écoute » et de s’ouvrir à « l’écoute du cri de l’opprimé »**, comme Dieu lui-même l’a fait face à la souffrance de son peuple en Égypte (cf. Ex 3,7).

« Les Saintes Écritures nous rendent capables de **reconnaître la voix qui s’élève de la souffrance et de l’injustice, afin qu’elle ne reste pas sans réponse** », souligne le Pape, en reconnaissant que « la condition des pauvres est un cri qui, dans l’histoire de l’humanité, interpelle constamment notre vie, nos

sociétés, nos systèmes politiques et économiques et, enfin et surtout, l'Église » (Dilexi te 9).

### **S'abstenir de paroles qui blessent le prochain**

En évoquant le jeûne, l'une des pratiques anciennes du Carême, qui renvoie au chemin d'abstinence et de conversion, l'évêque de Rome rappelle que « **seule l'austérité rend authentique et forte notre vie chrétienne** », comme l'a dit saint Paul VI dans l'une de ses catéchèses.

Concrètement, le pape Léon XIV exhorte à s'abstenir d'utiliser « des paroles qui heurtent et blessent le prochain » et, pour cela, il invite à « **désarmer le langage en renonçant aux mots tranchants, aux jugements hâtifs, à médire de qui est absent** et ne peut se défendre, aux calomnies ».

« Efforçons-nous plutôt **d'apprendre à mesurer nos paroles et à cultiver la gentillesse** : au sein de la famille, entre amis, dans les lieux de travail, sur les réseaux sociaux, dans les débats politiques, dans les moyens de communication, dans les communautés chrétiennes. Alors, nombre de paroles de haine laisseront place à des paroles d'espoir et de paix », ajoute le pontife américain.

### **Un chemin partagé**

Enfin, le pape met en lumière la dimension communautaire du Carême et encourage à entreprendre « un cheminement commun dans lequel **l'écoute de la Parole de Dieu, tout comme celle du cri des pauvres et de la terre, devienne une forme de vie commune** et dans lequel le jeûne soutienne une authentique repentance ».

« Biens aimés, demandons la grâce d'un Carême qui rende notre oreille plus attentive à Dieu et aux plus démunis. Demandons la force d'un jeûne qui passe aussi par la langue, afin que diminuent les paroles qui blessent et que grandisse l'espace pour la voix de l'autre. Et faisons en sorte que nos communautés deviennent des lieux où le cri de ceux qui souffrent soit accueilli et où l'écoute engendre des chemins de libération, nous rendant plus prompts et plus diligents à contribuer à l'édification de la civilisation de l'amour », conclut le pape Léon XIV.

*En tant que lasalliens, à quoi nous engageons-nous ensemble dans nos communautés religieuses et éducatives pour rendre possible l'écoute des plus pauvres et le jeûne des paroles qui blessent le prochain en ce Carême ?*