

La tradition de l'abstinence et du jeûne pendant le Grand Carême

En 2009, la fête de Pâques sera célébrée par l'Eglise orthodoxe du monde entier **dimanche 19 avril**.

Dimanche 22 février, dimanche du Jugement dernier, sera le dernier *jour de viande* : en s'abstenant totalement de viande jusqu'à Pâques, les chrétiens marquent leur éloignement de toute forme de violence et leur solidarité avec le mode de vie **paradisique**. Nous prenons du poisson - aliment offert par le Christ à ses disciples après la Résurrection - seulement le 25 mars, fête de l'Annonciation, le dimanche des Rameaux (cette année le 12 avril) et dans le cas d'un jour de fête exceptionnelle. Nous recevrons la bénédiction pour prendre de la viande - l'agneau pascal - au début de l'agape pascale, en mémoire de la sortie du peuple hébreu d'Egypte.

Dimanche 1^{er} mars, dimanche du Pardon, est *le dernier jour des laitages* : ces aliments - ainsi que les *œufs* -, signes caractéristiques de la fête et de la **vie nouvelle** dans le Royaume, nous seront offerts par le Seigneur dans l'Eglise, la nuit de la Résurrection et pendant tous le temps pascal.

Pendant le carême de Pâques, ou « Grand Carême », les chrétiens orthodoxes gardent donc la tradition ancestrale de ne consommer, sauf rare exception, *aucune nourriture animale*. En ce qui concerne *l'huile* et *le vin*, nous n'en prenons que le samedi et le dimanche, en signe de **fête**.

Nos pères spirituels insistent, non seulement sur le sens théologique de ce régime alimentaire, mais aussi sur le fait que l'abstinence et le jeûne ne portent de fruit spirituel qu'accompagnés d'une prière liturgique et solitaire plus intense, de la lecture de la parole de Dieu, de l'effort ascétique pour purifier notre vie de tout péché, ainsi que de l'aumône. A la purification corporelle joignons donc la purification de l'âme et de l'esprit par le repentir, et rien n'empêchera la grâce du saint Esprit d'habiter en nous.

Quand au **jeûne** proprement dit, certains s'abstiennent de toute nourriture jusqu'au soir, la semaine et surtout mercredi et vendredi.

+++

LA PRIERE DE SAINT EPHREM LE SYRIEN

Prière qui accompagne le Grand Carême

Seigneur et Maître de ma vie !

L'esprit d'oisiveté, de découragement, de domination et de parole facile : éloigne de moi !

On fait une prosternation

L'esprit de pureté, d'humilité, de patience et de charité : donne à ton serviteur (à ta servante) !

On fait une prosternation

Oui, Seigneur et Roi : donne-moi de voir mes fautes et de ne pas juger mon frère...

Car Tu es béni dans les siècles : Amen ! *On fait une prosternation*

Ensuite on dit trois fois en s'inclinant jusqu'à terre :

O Dieu, aie pitié de moi, pécheur !

O Dieu, purifie-moi, pécheur !

O Dieu, mon créateur, sauve-moi !

Mes péchés sont innombrables, pardonne-moi !

Et l'on redit la prière « Seigneur et Maître de ma vie » en entier en se prosternant à la fin. Que le Seigneur nous aide à prier de tout notre cœur !

+++