

A desert landscape with a person in the distance. The scene is set in a vast, arid desert with rolling sand dunes and scattered rocks. In the background, a person wearing a headscarf and a long robe is kneeling on the ground, possibly in prayer or contemplation. The sky is filled with soft, golden light, suggesting a sunrise or sunset. The overall mood is serene and contemplative.

# KT pour tous

14 mars 2025

## *Le Carême*

# KT pour tous

## *Le Carême*

Les Origines du Carême

Les instruments de la Pénitence

La liturgie du Carême

Pour synthétiser cette démarche spirituelle...

# KT pour tous

## *Le Carême*

### *Les Origines du Carême*

La **pénitence** selon la *Didachè*, ou *Doctrine des Douze Apôtres* (Ier siècle)

« Que vos jeûnes n'aient pas lieu en même temps que ceux des hypocrites. Ils jeûnent en effet le lundi et le jeudi ; pour vous, jeûnez le mercredi et le vendredi. » (8,1-2)

« Qu'avant le baptême jeûnent le baptisant, le baptisé et d'autres personnes qui le pourraient ; du moins ordonne au baptisé de jeûner un jour ou deux auparavant. » (7,3)

# KT pour tous

## *Le Carême*

**Le Carême** <= **Quadragesima** : *quarante*

En références :

- **Le Déluge** (Gn 7,12) : La pluie tombe pendant quarante jours et quarante nuits, marquant une purification de la terre et un renouveau après le péché.
- **Moïse au Sinaï** (Ex 24,18) : Moïse reste quarante jours sur la montagne pour recevoir la Loi, un temps de communion avec Dieu et de préparation pour guider le peuple.
- **Les Hébreux dans le désert** (Nb 14,33-34) : Les Israélites errent quarante ans dans le désert, une période d'épreuve et de repentance avant d'entrer en Terre promise.
- **Le jeûne d'Élie** (1 R 19,8) : Élie marche quarante jours jusqu'au mont Horeb, soutenu par un repas divin, pour rencontrer Dieu.
- **Le jeûne de Jésus** (Mt 4,2) au désert, au début de Sa vie publique

# KT pour tous

## *Le Carême*

D'où les différentes dimensions du Carême :

- **Purification, conversion et pénitence** : Les quarante jours permettent aux chrétiens de se purifier, de se repentir et de se préparer à célébrer la Résurrection, tout comme Jésus s'est préparé à sa mission.
- **Combat spirituel** : Le désert évoque les épreuves et les tentations, et le jeûne de quarante jours devient une imitation de la victoire de Jésus sur Satan.
- **Renouveau** : À l'image du Déluge ou de l'errance des Hébreux, le Carême est un temps de mort au péché pour renaître à Pâques : parcours d'initiation des catéchumènes et renouvellement de la grâce baptismale pour tous.

# KT pour tous

## *Le Carême*

### *Les instruments de la Pénitence*

#### *Le signe des Cendres...*

**Genèse** (3,19) : « C'est à la sueur de ton visage que tu gagneras ton pain, jusqu'à ce que tu retournes à la terre dont tu proviens ; car tu es poussière, et à la poussière tu retourneras. »

**Job** (2,7-8) : « Et l'Adversaire, quittant la présence du Seigneur, frappa Job d'un ulcère malin depuis la plante des pieds jusqu'au sommet de la tête. Job prit un tesson pour se gratter, assis parmi les cendres. »

**Jonas** (3,4-6) : « Jonas parcourut la ville en proclamant : « Encore quarante jours, et Ninive sera détruite ! » Aussitôt, les gens de Ninive crurent en Dieu. Ils annoncèrent un jeûne, et tous, du plus grand au plus petit, se vêtirent de toile à sac ; La chose arriva jusqu'au roi de Ninive. Il se leva de son trône, quitta son manteau, se couvrit d'une toile à sac, et s'assit sur la cendre. »

**Esther** (4,1.3) : « Dès qu'il apprit tout ce qui venait d'arriver, Mardochée déchira ses vêtements, se couvrit de cendre et d'une toile à sac. Il parcourut la ville en poussant un grand cri de douleur. Dans toutes les provinces, partout où étaient parvenus l'ordre du roi et son édit, ce fut parmi les Juifs un grand deuil : jeûne, larmes, lamentations ; beaucoup se couchèrent sur le sac et la cendre. »

# KT pour tous

## *Le Carême*

Evangile pour le Mercredi des Cendres

Mt 6,1-6.16-18

« Ce que vous faites **pour devenir des justes**,  
évitez de l'accomplir devant les hommes  
pour vous faire remarquer. »

3 axes de pénitence : l'aumône, la prière, le jeûne

3 relations à travailler : aux autres, à Dieu, à soi-même

3 ennemis à combattre : le monde, le diable, la chair

# KT pour tous

## *Le Carême*

« Ainsi, quand tu fais **l'aumône**,  
ne fais pas sonner la trompette devant toi,  
comme les hypocrites qui se donnent en spectacle  
dans les synagogues et dans les rues,  
pour obtenir la gloire qui vient des hommes.  
Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense.

« Mais toi, quand tu fais **l'aumône**,  
que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite,  
afin que ton aumône reste dans le secret ;  
ton Père qui voit dans le secret te le rendra. »

=> efforts de charité en direction du prochain



# KT pour tous

## *Le Carême*

« Et quand vous **priez**,  
ne soyez pas comme les hypocrites :  
ils aiment à se tenir debout  
dans les synagogues et aux carrefours  
pour bien se montrer aux hommes quand ils prient.  
Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense.

« Mais toi, quand tu **pries**,  
retire-toi dans ta pièce la plus retirée,  
ferme la porte,  
et prie ton Père qui est présent dans le secret ;  
ton Père qui voit dans le secret te le rendra. »

=> efforts dans notre relation de prière avec le Seigneur

# KT pour tous

## *Le Carême*

« Et quand vous **jeûnez**,  
ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites :  
ils prennent une mine défaite  
pour bien montrer aux hommes qu'ils jeûnent.  
Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense.

« Mais toi, quand tu **jeûnes**,  
parfume-toi la tête et lave-toi le visage ;  
ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des hommes,  
mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret ;  
ton Père qui voit au plus secret te le rendra. »

=> efforts à l'égard de soi-même, pour une  
plus grande liberté et maîtrise de soi

# KT pour tous

## *Le Carême*

### Homélie 43 de saint Pierre Chrysologue

Il y a trois actes, mes frères, trois actes en lesquels la foi se tient, la piété consiste, la vertu se maintient : la prière, le jeûne, la miséricorde. La prière frappe à la porte, le jeûne obtient, la miséricorde reçoit. Prière, miséricorde, jeûne, les trois ne font qu'un et se donnent mutuellement la vie.

En effet, le jeûne est l'âme de la prière, la miséricorde est la vie du jeûne. Que personne ne les divise : les trois ne peuvent se séparer. Celui qui en pratique seulement un ou deux, celui-là n'a rien. Donc, celui qui prie doit jeûner ; celui qui jeûne doit avoir pitié ; qu'il écoute l'homme qui demande, et qui en demandant souhaite être écouté ; il se fait entendre de Dieu, celui qui ne refuse pas d'entendre lorsqu'on le supplie.

Celui qui pratique le jeûne doit comprendre le jeûne : il doit sympathiser avec l'homme qui a faim, s'il veut que Dieu sympathise avec sa propre faim ; il doit faire miséricorde, celui qui espère obtenir miséricorde ; celui qui veut bénéficier de la bonté doit la pratiquer ; celui qui veut qu'on lui donne doit donner. C'est être un solliciteur insolent, que demander pour soi-même ce qu'on refuse à autrui.

Sois la norme de la miséricorde à ton égard: si tu veux qu'on te fasse miséricorde de telle façon, selon telle mesure, avec telle promptitude, fais toi-même miséricorde aux autres, avec la même promptitude, la même mesure, la même façon.

Donc la prière, la miséricorde, le jeûne doivent former un patronage pour nous recommander à Dieu, doivent former un seul plaidoyer en notre faveur, une seule prière en notre faveur sous cette triple forme.

# KT pour tous

## *Le Carême*

### Le Jeûne

=> **alimentaire**

Un jour de jeûne =  
un seul repas dans la journée ,  
ou deux collations (deux repas très  
légers, inférieurs au total à un repas) .

Isaïe 58,5-7

« Est-ce là le jeûne qui me plaît, un jour où l'homme se rabaisse ? S'agit-il de courber la tête comme un roseau, de coucher sur le sac et la cendre ? Appelles-tu cela un jeûne, un jour agréable au Seigneur ? Le jeûne qui me plaît, n'est-ce pas ceci : faire tomber les chaînes injustes, délier les attaches du joug, rendre la liberté aux opprimés, briser tous les jougs ? N'est-ce pas partager ton pain avec celui qui a faim, accueillir chez toi les pauvres sans abri, couvrir celui que tu verras sans vêtement, ne pas te dérober à ton semblable ? »

=> **de tous nos jougs...**

Hymne *Audi benigne Conditor*

*Permets que notre corps soit affaibli  
Par l'abstinence,  
Afin que nos cœurs, jeûnant des crimes,  
Abandonnent le foyer de la faute.*

# KT pour tous

## *Le Carême*

### **La Pénitence dans le *Code de Droit Canonique***

**Can. 1249** - Tous les fidèles sont tenus par la loi divine de faire pénitence chacun à sa façon ; mais pour que tous soient unis en quelque observance commune de la pénitence, sont prescrits des jours de pénitence durant lesquels les fidèles s'adonneront *d'une manière spéciale* à la **prière** et pratiqueront des **œuvres de piété et de charité**, se renonceront à eux-mêmes en remplissant plus fidèlement leurs obligations propres, et surtout en **observant le jeûne et l'abstinence** selon les canons suivants.

**Can. 1250** - Les jours et temps de pénitence pour l'Église tout entière sont **chaque vendredi** de toute l'année et le **temps du Carême**.

**Can. 1251** - L'**abstinence de viande** ou d'une autre nourriture, selon les dispositions de la conférence des Évêques, sera observée **chaque vendredi de l'année**, à moins qu'il ne tombe l'un des jours marqués comme solennité ; mais **l'abstinence et le jeûne** seront observés le **Mercredi des Cendres** et le **Vendredi de la Passion et de la Mort de Notre Seigneur Jésus Christ**.

**Can. 1252** - Sont tenus par la loi de **l'abstinence**, les fidèles qui ont **quatorze ans révolus** ; mais sont liés par la loi du **jeûne** tous les fidèles **majeurs jusqu'à la soixantième année commencée**. Les pasteurs d'âmes et les parents veilleront cependant à ce que les jeunes dispensés de la loi du jeûne et de l'abstinence en raison de leur âge soient formés au vrai sens de la pénitence.

# KT pour tous

*Le Carême*

*La liturgie du Carême*

# KT pour tous

## *Le Carême*

<b>Mercredi des Cendres</b>	<b>Ier Dimanche</b>	<b>IIème Dimanche</b>
	<i>"Invocabit me, et ego exaudiam eum" - Il m'invoquera, et je l'exaucerai</i>	<i>"Reminiscere miserationum tuarum" - Souviens-toi de tes miséricordes</i>
Introduction à la pénitence (Mt)	<b>Jésus au désert</b>	<b>La Transfiguration</b>
	A : Matthieu B : Marc C : Luc	A : Matthieu B : Marc C : Luc



# KT pour tous

## *Le Carême*

Année	IIIème dimanche	IVème dimanche	Vème Dimanche
	<i>"Oculi mei semper ad Dominum" - Mes yeux sont toujours tournés vers le Seigneur</i>	<i>"Laetare, Jerusalem" - Réjouis-toi, Jérusalem</i>	<i>"Judica me, Deus" - Rends- moi justice, ô Dieu</i>
	<b>A    La Samaritaine (Jn)</b>	<b>L'Aveugle-Né (Jn)</b>	<b>Résurrection de Lazare (Jn)</b>
	<b>B    Purification du Temple (Jn)</b>	<b>Serpent d'Airain (Jn)</b>	<b>Le Grain qui meurt (Jn)</b>
	<b>C    Le Figsier stérile (Lc)</b>	<b>Le Fils Prodigue (Lc)</b>	<b>La Femme Adultère (Jn)</b>



# KT pour tous

# *Le Carême*

SEMAINE SAINTE							
				TRIDUUM SACRUM			
<b>Dimanche des Rameaux et de la Passion</b>  <i>Dominica in Palmis</i>	<b>Lundi Saint</b>	<b>Mardi Saint</b>	<b>Mercredi Saint</b>	<b>Jeudi Saint</b>  <i>matin</i>  <i>soir</i>		<b>Vendredi Saint</b>	<b>Samedi Saint</b>
<b>Rameaux Passion</b>  A : Matthieu B : Marc C : Luc				<b>Messe Chrismale</b>  Engagement sacerdotal autour de l'évêque  Bénédiction des Saintes Huiles	<b>Mémoire de la Cène (Jn)</b>  <i>Prière au Reposoir, toute la nuit</i>	<b>Office de la Passion (Jn)</b>  <i>Prière du Chemin de Croix</i>	
<i>Leçons de Ténèbres</i>							

# KT pour tous

*Le Carême*

*Pour synthétiser cette démarche spirituelle...*

Un chemin de conversion et de liberté baptismale

Une pénitence joyeuse, individuelle et communautaire

Un combat spirituel dans la victoire du Christ

Une soif d'amour et de communion avec le Christ

Une espérance orientée vers la joie éternelle