

Daniel VIGNE, « Chemins de Carême : respirer le Christ », dans *Foi et Vie* n° 13 (mars-avril-mai 2017), p. 3.

www.danielvigne.fr

Chemins de Carême : respirer le Christ

– *Comment retrouver le chemin du silence et de l'intériorité durant ce temps de désert ?*

Il n'est pas nécessaire de partir au Sahara ! Le silence, on peut le trouver partout, même en ville, si on le porte en soi. Mon conseil est tout simple : respirer le Christ. Dès qu'on le peut, penser à lui, prononcer son nom intérieurement, sur une profonde inspiration suivie d'un « soupir heureux » et confiant.

C'est possible à plein de moments de la journée, dans un couloir ou un escalier, dans une file d'attente, pendant les transports... Cette prière respirée ravive le corps et réveille l'âme. Nous savons bien que les mots *spiritus* en latin, *ruah* en hébreu, *pneuma* en grec, renvoient tous à la respiration et au souffle. Soyons habités, oxygénés par l'Esprit de sainteté ! Il prie en nous, il ne demande que cela...

– *Le Carême a disparu des écrans-radars médiatiques. Comment lui assurer une visibilité à connotation missionnaire, sans tomber dans l'ostentation « pharisienne » ?*

Pour éviter l'ostentation, on a peut-être trop insisté sur l'ascèse individuelle, sur la dimension intime et secrète du Carême. Certes, tout part du cœur de chacun. Mais il ne s'agit pas de lutter tout seul dans son coin : nous sommes des frères et nous avons besoin de nous encourager mutuellement. Nous sommes aussi témoins du Christ pour ceux qui ne croient pas, et notre foi doit être attractive.

Comment faire ? D'abord, en renonçant résolument à « tirer une tête » sombre ou renfrognée. Le Carême n'est pas triste ! C'est un temps d'allégement, d'attention aux autres, de relations bienveillantes et transparentes. La vraie humilité, comme la véritable ascèse, est par essence joyeuse, alors que la mauvaise humeur est une forme d'orgueil.

C'est à l'amour que vous aurez les uns pour les autres que tous vous reconnaîtront pour mes disciples. Imaginez que des millions de chrétiens, pendant ce Carême, prennent cette parole de Jésus au sérieux et décident de s'aimer de façon plus active, joyeuse, inventive et visible. Ça ferait un buzz formidable, qui n'échapperait sûrement pas aux radars médiatiques ! Chiche, on essaye ?

– Est-il nécessaire de faire des efforts pour accueillir la joie pascale ?

C'est un grand mystère : nous devons faire des efforts, mais devant Jésus en croix, nous découvrons que c'est Lui qui fait tout pour nous. Nous devons marcher, mais pour apprendre à nous laisser porter par Lui. Notre cœur est lourd comme la pierre du tombeau, mais Jésus le retournera et nous pleurerons de joie.
