

N° 6 - février 2018

Édito

Les jours commencent à rallonger, nous annonçant la prochaine arrivée du printemps, du carême et ... de Pâques.

Bientôt la presse va nous proposer des recettes pour être superbes en maillot de bain ! Parmi elles, le jeûne est à la mode.

Mais quand l'Eglise nous propose de jeûner, en particulier pendant le carême, est-ce pour que nous devenions plus beaux à l'extérieur, ou bien plutôt à l'intérieur ?



Jeûner : un effet de mode ?

Un effet de mode pourrait nous inviter à retrouver le mode d'emploi spirituel du jeûne. Pour ne pas se réduire au registre hygiénique ou esthétique, le jeûne doit se relier à la prière et au partage, selon l'évangile. Il doit rester humble, sans intention de performance. Il respecte le cycle des mystères célébrés par l'Eglise : les dimanches, jours de résurrection, ne sont pas comptés dans les 40 jours du carême. Il est proportionné à l'amour pour le Christ Jésus perçu et désiré, dans l'obscurité de la foi, comme Epoux absent (Mc 2,20).

Ne confondons pas le jeûne avec l'abstinence d'un produit. Jeûner veut dire se priver de nourriture sans la remplacer. Ainsi les pères du désert, au IV^e siècle, préconisaient de ne manger qu'une fois par jour, toute l'année. Les pharisiens jeûnaient deux fois par semaine, ce qui est devenu la tradition des franciscains. Il n'est pas sérieux de ne jeûner que deux fois par an. Pour que cette ascèse porte du fruit elle doit devenir régulière et instaurer, dans notre style de vie, une sobriété heureuse.

L'expérience montre que la maîtrise quotidienne de la nourriture et de la boisson est une clé pour apprendre à maîtriser les autres formes de consommation. C'est pourquoi la Bible insiste sur ce point. A chacun de chercher, par essais et erreurs, si nécessaire en se faisant conseiller, ce qui le fera grandir. Il vérifiera dans sa chair que « l'homme ne se nourrit pas seulement de pain mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu ».

Père Jean-Marc Bot
Délégué diocésain du pôle vie chrétienne adulte



Ressources documentaires disponibles

Centre de documentation

- « [carême : les cathos sont-ils masos ?](#) » vidéo du Père Amar « 3 mn pour convaincre » : est-ce que je suis libre vis-à-vis du Nutella, de mon téléphone, de la cigarette ? En faisant un peu le ménage, nous faisons un peu de place à Dieu qui peut agir en nous. (3', 2014)
- « [On ne jeûne pas pour aller mieux mais pour aimer plus](#) » Jean Vanier, le fondateur de la communauté de l'Arche, témoigne d'une autre façon de voir le jeûne : il ne s'applique pas qu'à la nourriture mais touche tout ce qui nous détourne des autres. (6'23, 2009)
- « [Jésus, un chemin vers Dieu ?](#) » Extrait de l'émission Dieu m'est témoin (CFRT Outremer) : témoignage de Sœur Monique en Guyane qui jeûne au pain et à l'eau tous les vendredis de carême (7'43 à 11'35, 2015)
- « [Pourquoi se priver pendant le carême](#) » Mgr Thibaut Verny, sur TV Catholique, nous donne des pistes pour répondre à cette question (3'15, 2017)
- « [Le sens chrétien du jeûne](#) » : une ascèse chrétienne, un chemin de guérison, les différentes formes de jeûne, ses liens avec la prière et l'aumône (d'après une conférence du Père Maroteaux, diocèse de Versailles) + vidéo du Père Mathieu de Raimond (8'13, 2011)
- « [Pourquoi jeûner pendant le carême ?](#) » KTO, Pour s'ajuster à la volonté de Dieu, pour se rendre disponible à lui et non se donner en spectacle. Sur fond d'images de désert et de peintures (3'08, 2010)
- « [Pourquoi jeûner ?](#) » Deux minutes à la Foi, vidéo synthétique de Sœur Clémence (fraternités monastiques de Jérusalem) : la conversion du corps est nécessaire pour la conversion de l'esprit. Ce jeûne doit nous conduire au partage sinon il est inutile (2'23, 2013)
- « [Le Jeûne](#) » vidéo pédagogique et vivante présentée par des jeunes du diocèse de Bourges sur TV Catholique : plus que de la détox, le jeûne apporte simplicité et humilité et nous recentre sur l'essentiel, (2'41, 2015)
- « [Le carême, pour les chrétiens, c'est comme le ramadan ?](#) » un prêtre du diocèse de Nîmes sur TV Catholique, répond à cette question. Le Carême est un temps pour se rapprocher de Dieu Prière, Partage, Jeûne_(2'48, 2017) diocèse de Nîmes
- Points de Repère guide 2015-2016 : fiche « vivre le carême en famille » p 77-78
- DVD « [St Jacques... la Mecque](#) » (2005, 104') Un pèlerinage atypique à St Jacques de Compostelle où les habitudes sont bouleversées et où le superflu devient encombrant. Comment la démarche de pèlerinage nous conduit-elle au jeûne ?
- Revue : *Filotéo*, n°225 février mars 2014 pp18-23 : Trois précieux conseils de Jésus



Bibliothèque

- **Livre** : *Jeûner avec le corps et l'esprit*, Anselm Grün et Peter Müller, Salvatore, 2011 : cet ouvrage offre une perspective complète sur le jeûne : Anselm Grün en rappelle l'arrière-plan spirituel et son importance pour notre vie, tandis que Peter Müller donne des recommandations pratiques pour l'organiser dans les meilleures conditions.
- **Revue** : *Communio*, n°233, mai-juin 2014 : *Jeûner – Pourquoi ? Pour qui ?* Miklos Vetö. Dans ce numéro, autres articles sur le jeûne dans les traditions orthodoxe, biblique et talmudique, et enfin dans l'islam.

Et de [nouvelles propositions pastorales à partir de films](#) à consulter sur le site du diocèse.

HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi : 13 h 30 – 17 h 30

Mardi et jeudi : 9 h 30 – 12 h 30

Mercredi : 9 h 30 – 12 h 30 / 13 h 30 – 17 h 30

Vendredi : 9 h 30 – 12 h 30

NOUS CONTACTER

Centre Ozanam

24, rue du Maréchal Joffre
78000 Versailles

Tél. 01 30 97 67 70

Courriel : documentation@catholique78.fr

[Catalogue](#) en ligne

Fermé pendant les vacances scolaires

