

# En Communion d'Amour

SPECIAL CARÊME

## PAROLES DES PÈRES



Lorsque vous jeûnez, ne prenez pas un air triste, comme les hypocrites, qui se rendent le visage tout défait, pour montrer aux hommes qu'ils jeûnent. Je vous le dis en vérité, ils reçoivent leur récompense. Mais quand tu jeûnes, parfume ta tête et lave ton visage, afin de ne pas montrer aux hommes que tu jeûnes, mais à ton Père qui est là dans le lieu secret; et ton Père, qui voit dans le secret, te le rendra.

Matthieu 6, 16 à 18

La table de celui qui persévère dans la prière est plus douce que toute odeur musquée et que tout parfum.

Celui qui aime Dieu la désire comme un trésor sans prix.

De la table de ceux qui jeûnent, veillent et se donnent de la peine dans le Seigneur, reçois pour toi-même le remède de la vie.

Et relève ton âme morte. Car le Bien-aimé est au milieu d'eux.

Il les sanctifie et transforme en douceur ineffable l'amertume de leur vie dure.

Les serviteurs spirituels, les serviteurs célestes de sa liturgie les couvrent de leur ombre, eux et leurs saintes nourritures.

Je connais un frère qui a vu cela de ses yeux.

S. Isaac le Syrien, *Discours ascétiques*



### St Basile le Grand et le jeûne

"Le jeûne, dit St Basile, est le don le plus ancien qui ne vieillit pas mais se renouvelle toujours et qui renouvelle ... Il est plus ancien que la loi (de Moïse) elle-même. Le jeûne est le compagnon de même âge de l'humanité et il a été donné comme loi déjà dans le Paradis, quand Adam a reçu le premier commandement : "ne mangez pas de l'arbre de la connaissance du bien et du mal" ... Et toute la conduite dans le paradis fut le modèle du jeûne ... Et si Eve avait jeûné de cet arbre, nous n'aurions pas besoin de notre jeûne ... Mais c'est parce que nous n'avons pas jeûné que nous avons perdu le paradis. C'est pourquoi il nous faut jeûner à présent pour retourner au Paradis.. C'est pourquoi tous les saints observaient le jeûne et jeûnaient" (Homélie I).

## MOÏSE L'ÉTHIOPIEN

*Son icône est au fond de l'église à gauche à côté de celle de Notre Dame du Labeur*



Un certain Moïse, un éthiopien noir, était domestique chez un fonctionnaire. Son maître le chassa car il était pervers et volait. Il avait la réputation d'aller même jusqu'au meurtre. Je suis obligé de dire les actes nés de sa propension au mal pour mettre en valeur la vertu de sa pénitence. On racontait donc qu'il avait même été chef d'une bande de brigands. Parmi ses actes de banditisme, l'un était fameux : il avait gardé rancune à un berger qui l'avait gêné à l'occasion avec ses chiens, la nuit, dans une affaire.

Dans l'intention de tuer ce berger, il alla reconnaître l'endroit où l'autre avait sa bergerie et qui s'avéra être de l'autre côté du Nil. Moïse prit son coutelas entre ses dents, posa sa tunique sur sa tête, et passa ainsi le fleuve en nageant. Or le fleuve était en crue et large d'environ un mille. Tandis qu'il traversait, le berger eut le temps de se dissimuler en s'enfouissant dans le sable. En conséquence, Moïse

égorgea quatre bœufs de choix, les lia par une corde et traversa à nouveau le fleuve à la nage.

Il s'en alla dans une petite cour où il les écorcha et mangea le meilleur de la viande. Puis, après avoir vendu les toisons pour acheter du vin, il en but un saïte (une mesure d'environ dix-huit setiers italiques) et il s'en alla à cinquante milles, à l'endroit où se trouvait sa bande.

Longtemps après, ce grand pécheur fut touché de componction du fait de se trouver placé dans une situation critique et se donna lui-même à un monastère où il se livra tellement à l'oeuvre du repentir que l'on peut dire que ce même démon qui depuis sa jeunesse était le complice de ses crimes et le franc compagnon de ses péchés, l'avait mis lui aussi sur le chemin d'une connaissance élevée du Christ. On dit de lui, parmi bien d'autres choses, qu'un jour des voleurs, ignorant qui il était, l'attaquèrent alors qu'il était assis dans sa cellule. Ils étaient quatre.

Après les avoir tous liés et mis sur son dos comme un sac de paille, il les porta à l'église des frères. " Puisqu'il ne m'est pas permis, dit-il, de faire du mal à qui que ce soit, que prescrivez-vous pour ces gens-là ? " C'est alors que les voleurs confessèrent leurs fautes. Apprenant que cet homme était le Moïse autrefois renommé et célèbre parmi les brigands, ils glorifièrent Dieu et, à cause de sa conversion, ils renoncèrent au monde car ils avaient raisonné ainsi : " Si un homme qui s'est montré si fort et si puissant en brigandages a été saisi par la crainte de Dieu, pourquoi, nous autres, remettons-nous à plus tard notre salut ? "

Les démons assaillirent Moïse et s'appesantirent sur lui pour l'entraîner dans son ancienne habitude des débordements luxurieux. Il fut tellement tenté, racontait-il, qu'il s'en fallut de peu qu'ils ne le détournent de sa résolution. À cause de cela il se rendit auprès du grand Isidore, celui de Scété, et lui rapporta ce qu'il en était de son combat. Celui-ci lui dit : " N'en sois pas triste. En effet, tu débutes et c'est pour cela qu'ils pèsent sur toi avec plus de violence cherchant à te faire reprendre ton habitude

Car il en est ainsi : un chien qui a ses habitudes dans une boucherie ne s'en éloigne pas. Mais si la boucherie ferme et que personne ne lui donne plus rien, le chien ne s'en approchera plus. Et c'est ce qui se passera si tu persévères : le

(Suite page 3)

démon découragé s'écartera de toi. " Moïse le quitta et, à partir de cette heure, il s'exerça de façon plus décidée, surtout en ce qui concerne la nourriture, ne mangeant rien d'autre que douze onces de pain sec, accomplissant un travail considérable et disant cinquante prières. Il consuma son corps mais demeura encore enflammé et plein de rêves.

À nouveau, il alla voir un autre des saints [pères] et lui dit : " Que dois-je faire ? À cause de mes habitudes voluptueuses, les rêves de mon âme remplissent ma pensée de ténèbres. " L'autre lui dit : " En voici la cause : tu n'as pas détaché ton intelligence de cette sorte d'imaginings. Adonne-toi aux veilles, prie avec vigilance et bien vite tu en seras délivré. " Moïse entendit cette suggestion et retournant dans sa cellule, il promit de ne plus s'allonger ou fléchir le genou durant toute la nuit.

Il persévéra donc durant six ans dans sa cellule. Il y priait chaque nuit debout, sans fermer l'œil. Mais il ne parvint pas à maîtriser cette tentation. Il s'imposa donc une autre ligne de conduite : il sortait de nuit, se rendait auprès des cellules des vieillards et de ceux qui pratiquaient une ascèse plus stricte, et, prenant leurs jarres, il les remplissait d'eau sans que personne le sache. Car ils doivent aller chercher l'eau assez loin, les uns à un demi-mille, les autres à deux milles, d'autres enfin à cinq milles.

Il s'ensuivit qu'au cours d'une de ces nuits, le démon excédé le guetta et lui donna un coup de gourdin sur les reins alors qu'il se penchait sur le puits, et il le laissa comme mort, sans connaissance et de ce qu'il souffrait et de son agresseur. Le lendemain quelqu'un qui était venu puiser de l'eau le trouva gisant en cet endroit et alla prévenir le grand Isidore, le prêtre de Scété. Celui-ci vint le prendre et le porta à l'église. Moïse fut malade une année entière, son corps et son âme ne retrouvèrent leur force qu'avec difficulté.

À la suite de cela, le grand Isidore lui dit :

" Moïse, cesse de faire la guerre aux démons, ne les provoque pas ! Car il y a une mesure même au courage que l'on déploie dans le combat ascétique. " Moïse répondit : " Je ne cesserai sûrement pas tant que ne cesseront pas mes songes inspirés des démons. " C'est pourquoi Isidore lui dit : " Par le nom de Jésus Christ, tes rêves ont pris fin. Communie donc avec assurance. C'est pour ton profit, pour que tu ne te vantes pas d'avoir maîtrisé une passion, que tu as subi cette oppression. "

Moïse retourna alors à sa cellule. Interrogé par Isidore environ deux mois après ces événements, il lui dit n'avoir plus rien éprouvé. Il fut jugé digne d'un charisme contre les démons tel qu'il les craignait moins que nous ne craignons les mouches. Telle fut la conduite de Moïse l'Éthiopien qui, lui aussi, fut compté parmi les grands d'entre les pères. Il finit ses jours à soixante-quinze ans, à Scété, devenu prêtre et laissant soixante-dix disciples.



**Mon espérance, ô Mère de dieu, tout entière je la mets en toi: garde-moi sous ta protection.**

## Le Jeûne et le Repentir Par sa Sainteté le Pape Shenouda III

**E**n ce début de Carême, méditons sur la relation entre le jeûne et le repentir.

Certaines personnes jeûnent mais n'en retirent aucun profit. Ceux-là n'ont probablement pas jeûné comme il le faudrait. Et dans ce cas, ce n'est pas le jeûne qu'il faut blâmer, mais plutôt la manière de jeûner.

Le jeûne est une période d'activité spirituelle intense, une période d'amour de Dieu et d'union avec Lui. Cet amour nous transporte au-delà des frontières du corps et de ses préoccupations. Il nous fait oublier les détails matériels pour nous faire goûter aux choses célestes.

C'est une période où l'on se sent proche de Dieu et familier avec Lui. Pendant le jeûne, on éprouve une paix avec soi et avec Dieu, et on résiste à Satan.

**Le jeûne est destiné à nous renforcer spirituellement.  
C'est une période où l'on fait le plein d'énergie.**

Dans la spiritualité acquise pendant le jeûne, nous puisons l'énergie spirituelle qui nous soutiendra tout au long de l'année. Ainsi, celui qui aura été honnête dans ses activités spirituelles pendant le Carême recevra une force spirituelle qui le fortifiera tout au long des cinquante jours suivants, qui sont des jours sans jeûne ni métanies.

Pour jeûner de manière spirituelle, il faut garder à l'esprit les remarques suivantes:

**Le but et la motivation du jeûne doivent être spirituels**

Le jeûne ne doit pas être accompli comme une obligation. Nous ne devons jeûner ni par habitude ni pour rechercher les louanges des hommes. Quand nous jeûnons, nous devons placer l'amour de Dieu au-dessus de toute préoccupation matérielle, afin de donner sa chance à notre âme.

**Le jeûne doit être une période de pénitence et de pureté de coeur**

En jeûnant, nous devons mener une vie sainte et agréée aux yeux de Dieu, en pratiquant la confession de ses péchés, le repentir, et en recevant les Saints Sacrements.

**Le jeûne doit être une période où l'on se nourrit spirituellement.  
Il doit être accompagné d'un programme spirituel sérieux**

Pendant le jeûne, nous devons donner la priorité aux choses spirituelles et les privilégier par rapport aux préoccupations corporelles.

Ne nous préoccupons pas simplement du type de nourriture que nous allons prendre, mais employons-nous à sanctifier ces jours de jeûne de sorte que nous puissions en profiter pour fortifier notre esprit.

Le jeûne nous accorde des vertus qui sont interdépendantes.

**Le jeûne permet de fortifier l'esprit, et un esprit fort nous aide à jeûner**

Ainsi, le jeûne nous permet de rester éveillés plus longtemps grâce à la légèreté du corps, et le fait de veiller favorise la lecture et la prière.

De même, les lectures spirituelles favorisent la prière et la contemplation qui, à leur tour, fortifient la prière.

Le jeûne est accompagné de métanies qui conduisent à l'humilité et la douceur du coeur. Et l'humilité du corps, obtenue par le jeûne, conduit aussi à l'humilité de l'âme.

## Chaque jeûne a ses vertus particulières

Ainsi, le jeûne des Apôtres prépare au service, le jeûne de Ninive vise le repentir, et le jeûne d'Esther est centré sur le salut. Certains jeûnent pour d'autres personnes, et leur jeûne est empreint d'amour, de sacrifice et de compassion. Sans compter les autres jeûnes de l'année qui sont empreints, chacun de vertus particulières.

En ce temps de jeûne, souvenons-nous que notre Seigneur Jésus-Christ a jeûné alors qu'Il était rempli de l'Esprit Saint. Quant à nous, jeûnons au moins pour être remplis de l'Esprit Saint.

## Le jeûne doit être accompagné de repentir

Ces jours de jeûne sont sacrés, et il convient de les vivre dans la sainteté. Nos pensées, nos coeurs et nos corps doivent être sanctifiés. Le jeûne est une période d'entraînement pendant laquelle nous cherchons à nous rapprocher de Dieu, mais où, en même temps, le péché nous en écarte. Par conséquent, nous devons fuir le péché par le repentir.

Par le jeûne, le corps doit s'abstenir de nourriture, et l'âme doit s'abstenir de toute convoitise terrestre et corporelle. Aussi, posez-vous la question: suis-je sur cette voie ? Sans repentir, Dieu n'acceptera pas notre jeûne. Vous n'aurez gagné ni le ciel, ni la terre, et vous souffrirez en vain.

Si vous voulez que Dieu accepte votre jeûne, examinez-vous, et renoncez à vos péchés.

A ce sujet, prenons l'exemple clair du jeûne de Ninive

La Bible raconte que les habitants de Ninive sont revenus *"tous de leur mauvaise voie et des actes de violence dont leurs mains sont couvertes"* (Jonas 3:8). C'est pour cette raison que Dieu ne les anéantit pas quand Il *"vit qu'ils agissaient ainsi et qu'ils revenaient de leur mauvaise voie"* (Jonas 3:10). Il n'est pas dit *"quand Il vit leurs vêtements déchirés ou leur jeûne"*, mais bien *"quand Il vit leur repentir"* qui était la principale motivation de leur jeûne.

Dans le Livre de Joël, nous trouvons un exemple de jeûne accompagné de repentir: Le Seigneur adressa le peuple par l'intermédiaire de Son prophète en disant:

*"Revenez à moi de tout votre cour, avec des jeûnes, avec des pleurs et des lamentations. Déchirez vos cours et non vos vêtements, et revenez au Seigneur votre Dieu, car il est compatissant et miséricordieux"* (Joël 2:12-13).

Il est clair ici que le jeûne est accompagné de repentir et de pleurs. Le jeûne n'est donc pas une simple abstinence de nourriture, mais plutôt une véritable attirance de notre coeur vers Dieu.

Lors de son jeûne, le prophète Daniel présenta le repentir de toute la population

Il jeûna et se confessa à Dieu en disant: *"Nous avons péché, nous avons commis l'iniquité, nous avons été méchants et rebelles, nous nous sommes détournés de tes commandements et de tes ordonnances. Nous n'avons pas écouté tes serviteurs, les prophètes, qui ont parlé en ton nom à nos rois, à nos chefs, à nos pères, et à tout le peuple du pays. A toi, Seigneur, est la justice, et à nous la confusion de face ... Seigneur, à nous la confusion de face, à nos rois, à nos chefs, et à nos pères, parce que nous avons péché contre toi"* (Daniel 9:5-8).

Par conséquent, réconciliez-vous avec Dieu pendant votre jeûne

Ne dites pas: *"jusqu'à quand Seigneur, m'oublieras-tu sans cesse ? jusqu'à quand me cacheras-tu ta face ?"* (Psaume 13:1]. Mais dites plutôt: *"Jusqu'à quand T'oublierai-je Seigneur sans cesse ? Jusqu'à quand cacherai-je ma face de toi ?"*

Purifiez vos âmes et sanctifiez-les. Préparez-vous en invitant Dieu à habiter vos coeurs, et pas simplement en vous abstenant de nourriture. Si tu vis dans le péché, réconcilie-toi avec Dieu, et si tu es ré-

concilié avec Lui, approfondis ton amour pour Lui.

Et si tu t'es éloigné du péché pendant un jeûne, poursuis sur cette voie: le repentir n'est pas restreint à la seule période de jeûne. Mais le jeûne nous entraîne au repentir. Il purifie notre coeur, et ces vertus nous accompagnent au-delà du jeûne, dans notre mode de vie.

Soyez prêts à lutter contre le démon.

Josué, fils de Sirach disait à son fils que s'il voulait servir Dieu, il devait se préparer aux épreuves.

Votre jeûne et votre repentir excitent la jalousie du démon. Il vous combat pour vous priver du fruit de votre lutte, et il a recours à toutes les ruses pour vous faire chuter. Souvenez-vous des paroles de Saint Pierre: "*Résistez-lui avec une foi ferme*" (1 Pierre 5:9).

**Ainsi, le jeûne est une période de combat spirituel, comme ce fut le cas pour notre Seigneur Jésus-Christ (Matthieu 4). C'est aussi une période de triomphe pour qui lutte avec Christ.**



Plus brillante que la lumière du soleil, la grâce du Carême a resplendi; elle annonce à tous le rayonnement de la Croix, le reflet de la vénérable Passion, la splendeur de la Résurrection et le jour du salut.

Par le jeûne asservissons les passions de nos sens, entourons-nous des ailes de l'Esprit, afin qu'en surmontant la tempête soulevée par l'ennemi nous soyons dignes de nous prosterner devant la Croix du Fils de Dieu, qui pour le monde a voulu s'immoler et que nous fêtions en esprit sa Résurrection d'entre les morts; et gravissons la montagne avec les Apôtres pour glorifier le Fils du Père et l'Ami des hommes à qui tout pouvoir est remis.

## LA PRIERE DE SAINT EPHREM

Chaque jour du Grand Carême - sauf les samedis et les dimanches - on lit la prière :

**" Seigneur et maître de ma vie, éloigne de moi l'esprit d'oisiveté, de domination, de découragement et de vaine parole. Mais fais-moi la grâce, à moi ton serviteur, de l'esprit d'intégrité, d'humilité, de patience et d'amour. Oui, Seigneur roi, donne-moi de voir mes fautes et de ne pas juger mon frère, ô toi, qui est béni dans les siècles des siècles. Amen. "**

Selon la tradition, cette prière a été écrite au I<sup>er</sup> siècle en Syrie par un ascète, Mar Éphrem, ou, comme nous avons l'habitude de l'appeler, Ephrem le Syrien. C'était un grand moine, poète, théologien, écrivain. Un des glorieux fils de l'Église syrienne qui est entré dans la littérature mondiale comme un fameux écrivain. [...] Méditons sur cette prière " Seigneur et maître de ma vie. "

Ces paroles renvoient à Celui qui m'a donné la vie, qui est le centre et le coeur de ma vie.

" Éloigne de moi l'esprit d'oisiveté ", c'est-à-dire de paresse qui, selon le vieux proverbe, est la mère de tous les vices ; sous ses airs innocents, la paresse, en effet, engendre beaucoup de noirceur.

Le " découragement ". La doctrine chrétienne est joyeuse. Celui qui se décourage s'en éloigne. Saint Séraphim de Sarov, le grand saint russe du début du XIX<sup>e</sup> siècle, disait : " Nous n'avons pas de raison de nous laisser aller au découragement, car le Christ nous a tous sauvés. "

La " domination " ou l'amour du pouvoir est propre à chacun de nous. Le culte de la personnalité n'existe pas qu'en politique ; il peut sévir en famille comme dans la plus petite communauté. Chaque homme porte en lui un germe de cette tendance : écraser la volonté de l'autre, l'étouffer, la soumettre.

La " vaine parole " est notre vain bavardage, parfois quand nous communiquons. Évidemment, je ne parle pas des enfants ; jusqu'à quinze ou seize ans, ils ont le droit de bavarder, car c'est une manière d'apprendre à communiquer, à exercer leur langue. Mais, au-delà, bavarder, se répandre en vaines paroles, c'est - osons ce mot terrible - tuer le temps, gaspiller sa vie. Soyons honnêtes : combien nous reste-t-il à vivre ? Très peu de temps. C'est pourquoi, je le répète, nous devons apprécier la vie. Nous devons aimer ce don de Dieu et nous souvenir que, dans l'éternité, nous n'emporterons que ce que nous aurons dans le coeur. Nous devrions vivre chaque carême comme s'il était le dernier de notre vie, pour, au moins pendant cette période relativement courte, réfléchir, marquer un temps d'arrêt dans l'agitation constante, la course incessante de notre vie. Comment vivons-nous aujourd'hui ? Quel ressenti, quelle fatigue ! Nous sommes continuellement pressés, toujours en mouvement. Pourtant, tout se termine plus tôt que nous ne le pensions.

C'est dans ce temps que se déroule notre vie et nous le tuons. Ce faisant, nous nous tuons nous-mêmes. Nous témoignons du vide de notre vie intérieure, spirituelle. Ce n'est pas sans raison que l'Évangéliste nous avertit : " Celui qui n'a rien, cela même lui sera enlevé " (Mt 25, 29). Celui qui n'a pas d'exigences spirituelles, qui y renonce, perdra tout. Tout lui sera enlevé. Tout s'envolera de lui, partira en fumée. Il faut vivre d'une vie vraie, pleine de sève, inspirée. Alors il sera intéressant de vivre. Car il n'y a rien au monde d'insipide et d'ennuyeux. Tout est magnifique.

La revue Inostrannaya Literatura publiera bientôt, avec un grand retard, la traduction russe de La Nausée de Sartre. Nausée, parce que, selon l'écrivain français, la vie est monotone, grise, terrible. Vraiment ? Non, sauf si cette grisaille vit dans notre coeur. Sartre et les existentialistes ne savent-ils pas que l'homme de l'antiquité avait une vie plus monotone et plus contraignante que la nôtre ? Aujourd'hui, en effet - en ville tout au moins -, nous sommes libérés de nombreux soucis. En revanche, nos ancêtres devaient effectuer beaucoup de tâches répétitives : aller chercher de l'eau pour faire leur farine, cuire le pain, etc. Pourtant, curieusement, ils ne percevaient pas le monde comme une nausée. C'est que la nausée est intérieure, pas extérieure. Pour se débarrasser de ce pénible état, il faut renaître spirituellement. Alors seulement viendra le bonheur.

Il est étonnant de voir combien l'homme moderne est attaché à des formes primitives de distraction, à quelle vitesse les modes et les styles de vêtement changent. Tout se passe comme si on puisait de l'eau avec une passoire. Pourquoi ? Parce que l'âme, effectivement, se troue ; elle ne retient plus rien, ne peut plus s'imprégner de rien. Tout passe à travers elle rapidement et sans laisser de traces.

Ensuite, la prière de saint Éphrem dit : " Accorde-moi, à moi ton serviteur, l'esprit d'intégrité, d'humilité, de patience et d'amour. " L'esprit d'intégrité (ou encore de chasteté) renvoie à une pureté dans la relation au monde et aux êtres ; c'est l'intégrité de l'âme sans dédoublement, sans que les passions se rendent maîtres d'elle.

L'humilité, c'est la sagesse de l'homme en bonne santé, qui sait ce qu'il vaut au regard de l'éternité. Être humble, c'est être conscient de sa valeur, mais ne pas s'enfler comme la grenouille de la fable, qui a fini par éclater. La sagesse de l'humilité est une chose magnifique, mais très peu courante ! [...] C'est la santé même de l'âme, alors que l'orgueil, c'est la maladie. Mais il ne faut pas pour autant penser que la fierté soit mauvaise. Quand une mère est fière de son enfant, ou un maître de son

(Suite page 8)

élève, c'est un sentiment normal ; c'est la joie d'avoir fait quelque chose de bien. Tandis que l'orgueil, c'est une fiction, une imagination, une énorme bulle de savon que nous faisons gonfler et qui éclatera forcément.

"Patience et amour". Qu'est-ce que la patience? Ce n'est pas du tout l'état de l'animal qui supporte tout, ni l'humiliation de l'homme, ni un compromis avec le mal. La patience, c'est savoir garder son âme impassible dans les circonstances adverses, savoir aller au but malgré les obstacles sur le chemin, savoir garder l'esprit de joie au coeur de la tristesse. La véritable patience, c'est vaincre, surmonter. Une forme de courage. Enfin, "l'amour". C'est le suprême bonheur de l'homme, la capacité de l'âme à être ouverte, immanente comme disent les philosophes, intérieurement ouverte à autrui. Quand vous êtes sur les escalators du métro, expérimentez votre capacité d'aimer. Si, en regardant ceux que vous croisez, vous avez horreur de tous ces visages, l'impression d'un cauchemar, c'est le signe que les pores de votre âme sont bouchées, que votre sentiment d'amour se trouve encore à l'état embryonnaire. C'est cela la nausée, quelque chose de lourd et répugnant.

L'escalator, bien sûr, n'est qu'un exemple. Il en va de même au travail : comme nous nous laissons facilement contaminer par une atmosphère de tensions, d'intrigues, de querelles, d'exclusions, de médisances. Mais tout cela abaisse, entache et assombrit notre vie. Vous me direz : "Mais comment faire quand les gens se dévorent comme des loups?" Croyez-vous que c'est un phénomène nouveau, récent, caractéristique de l'après-guerre, du temps des tsars ou de la période soviétique? Non, cela a toujours existé.

La nature humaine est ce qu'elle est, mais la puissance de la grâce du Christ peut reconstruire l'homme, faire qu'il regarde son prochain autrement, que sa première réaction soit bienveillante, qu'il voie immédiatement sa beauté - même là où personne ne remarque qu'il est porteur de spiritualité -, qu'il ressente de la compassion devant un visage souffrant, bref qu'il soit ouvert. Cet homme-là est toujours heureux, parce qu'il est en communion avec les êtres : il vit d'amour.

Le Seigneur a dit aux chrétiens : "Je vous envoie comme des agneaux parmi les loups" (Lc 10, 3). Il ne voulait pas dire que nous devons être des moutons, dans le sens ordinaire de ce mot. Non, cette parole signifie que nous devons nous donner d'autres lois, ne pas " hurler avec les loups ", savoir lancer un défi au milieu qui nous entoure. Bien sûr, il ne faut pas déclarer : "Mes chers collègues et camarades, vous êtes tous des loups, et moi un agneau." Cela serait de l'orgueil, de la bêtise pure et simple.

Simplement, par son attitude envers les êtres, l'homme peut changer le climat de son milieu de travail, et même au sein de sa famille. Certes, c'est difficile. [ ... ] Mais les choses les plus sérieuses, les plus belles, sont toujours les plus difficiles. Les femmes le savent bien, qui mettent des enfants au monde. Difficile ou non, il faut le faire. Il faut regarder les choses en face et ne pas baisser les bras.

La prière de saint Éphrem se termine ainsi : " Oui, Seigneur roi, donne-moi de voir mes fautes et de ne pas juger mon frère." Le grand remède, pour éviter de juger, c'est de savoir se critiquer soi-même. Nous sommes trop souvent attentifs, observateurs, je dirais même psychologiquement très raffinés quand il s'agit des péchés des autres - nous manifestons une connaissance excellente de tous les commandements moraux et de toutes les finesses de l'âme humaine. Nous sommes des juges sévères, mais, en réalité, nous n'en avons pas le droit, car nous sommes nous-mêmes coupables de ce pour quoi nous condamnons autrui.

A ce propos, il existe une loi qui veut qu'à trop juger les autres, on tombe facilement dans les mêmes travers. Les péchés, en fait, sont peu nombreux. De même qu'en musique les notes do, ré, mi, fa, sol, la, si, suffisent à composer des symphonies, de même, dans la vie, ce sont toujours les mêmes péchés qui reviennent, avec des variations selon les personnes. Les péchés ont beau être tous simples et élémentaires, ils s'emparent de notre vie. Or si nous nous rendons compte que nous sommes pareils aux autres, l'honnêteté et la justice ne nous autorisent pas à dire qu'untel est comme ceci ou comme cela.

Mais n'y a-t-il pas là une forme de compromis avec le péché? me demanderez-vous. Absolument pas. Certes, nous devons toujours appeler le mal par son nom. Mais nous devons aussi toujours avoir de la compassion pour celui qui est tombé dans ce péché. [ ... ] Quand nous parlons d'autrui, la boule de neige grossit très vite ; nous commençons par nous rappeler tel ou tel trait de caractère, et nous glissons de la condescendance au jugement, comme si nous étions sans péché. Quand, en revanche, nous succombons nous-mêmes à la tentation, nous nous trouvons toutes sortes d'excuses : " J'étais fatigué, épuisé." Mais l'autre, celui que nous jugions, n'avait-il pas lui aussi des excuses?

Voilà l'essentiel de cette prière qui est lue chaque jour du Grand Carême avec des prosternations jusqu'à terre. Pourquoi des prosternations? Parce que l'état d'esprit et l'état d'âme sont étroitement liés au corps tout entier, y compris à sa position. Faites-en l'expérience : il est difficile de parler d'un sujet sérieux en étant avachi sur votre siège. En revanche, il est juste de s'agenouiller devant l'Éternel ; c'est d'ailleurs la seule réalité devant laquelle nous pouvons nous mettre à genoux, parce que le Seigneur est infini. Tout notre corps participe à cet état intérieur, tous les jours, à l'église et à la maison.

Père Alexandre Men

**Communauté Ecclésiale Orthodoxe Notre-Dame et Saint-Thiébault**  
**Prieuré Notre-Dame et St-Thiébault**  
**57680 Gorze**  
**Père Alphonse Goettmann, Tel.: 03 87 52 02 28**  
[www.top.ca/users/thabor/bethanie.htm](http://www.top.ca/users/thabor/bethanie.htm)  
[centre.bethanie@wanadoo.fr](mailto:centre.bethanie@wanadoo.fr)

**EGLISE ORTHODOXE COPTE FRANCAISE**

<http://www.saint-cyrille.org>