

# Le Grand Carême orthodoxe, une démarche très exigeante

Arnaud Spilioti , LA CROIX du 29 mars 2024

## Explication

Les chrétiens orthodoxes sont entrés, lundi 18 mars, dans la période du Grand Carême, un temps de préparation à la fête de Pâques, célébrée, cette année, le 5 mai, selon le calendrier julien.

\*\*\*

*« Le Saint et Grand Carême est un moment bienvenu pour nous purifier et nous exercer spirituellement, psychologiquement et corporellement en passant par le jeûne qu'il ne faut pas pratiquer "pour se faire remarquer des hommes", ainsi que par le pardon donné aux frères. »*

Ce message du patriarche Bartholomée a été lu dimanche 17 mars, dans les paroisses orthodoxes rattachées à Constantinople. Il a rappelé que le salut est avant tout une « aventure athlétique commune », encourageant à « vivre l'ambiance de Carême dans la famille chrétienne ».

### **Mais en quoi consiste le Grand Carême orthodoxe ?**

Dans l'Église latine, s'il revient à chaque fidèle de définir la manière dont il vivra le Carême (le jeûne est prévu le mercredi des Cendres et le Vendredi saint), les observances alimentaires du Grand Carême orthodoxe, qui a débuté le 18 mars, sont très strictes. Les fidèles se préparent à la fête de Pâques par un jeûne sévère, une prière assidue, et une pratique de l'aumône.

### **Un jeûne sévère, mais adapté à chacun**

L'entrée en Carême est précédée d'un « pré-Carême » ou « triode ». Cette période est une occasion pour les fidèles de renoncer progressivement aux produits d'origine animale. Ainsi, lors des dimanches « du jugement dernier » et « du pardon » qui clôturent cette triode, les fidèles s'abstiendront successivement, de viande et de laitages.

Le temps du Grand Carême s'ouvre alors par trois jours d'abstinence totale, où en principe, aucun aliment n'est consommé. La règle du monastère orthodoxe de Solan, dans le Gard, précise ainsi : « Tous les jours, pendant le Grand Carême, on s'abstient de viande, de lait, de fromage, de beurre, d'œufs et de poissons. Du lundi au vendredi inclus, un seul repas, sans vin ni huile. » Ce texte à destination des moniales est également proposé aux fidèles.

Le prêtre orthodoxe Georges Eymard, chargé de la paroisse Saint-Côme-et-Saint-Damien d'Avignon, précise que ces règles strictes sont adaptées à chacun : « Pendant cette période intense, je passe mon temps à adapter les exigences du Carême aux fidèles. Un enfant, une femme enceinte ou un jeune homme n'ont pas la même résistance. Il ne faut pas suivre la règle à la lettre. »

### **La période du Grand Carême orthodoxe dure dix semaines.**

Elle s'articule en trois temps : trois semaines de pré-Carême, quarante jours de Carême, qui se terminent avant la Semaine sainte. Les samedis et dimanches de Carême, l'abstinence alimentaire est levée, pour respecter le sabbat et le jour de la résurrection du Christ. Les six dimanches du Carême sont des jours de fêtes. Le troisième dimanche, dit « de la Sainte Croix », marque la mi-carême, en encourageant les fidèles à poursuivre leurs efforts.

### **Une faim spirituelle**

Le Grand Carême orthodoxe n'est pas seulement un temps de jeûne alimentaire, c'est une « démarche physique et physiologique qui permet à chacun de se décoller de sa nature humaine pour s'approcher de Dieu », précise le père Georges Eymard. Le Carême possède « une densité d'offices particulière », et les fidèles sont invités à fréquenter les églises de manière plus assidue.

La prière de Saint Ephrem le Syrien accompagne les fidèles pendant cette période : « Seigneur et maître de ma vie, ne m'abandonne pas à l'esprit d'oisiveté, d'abattement, de domination et de vaines paroles. Mais accorde-moi l'esprit d'intégrité, d'humilité, de patience et d'amour. »

Selon le père Georges Eymard, le Grand Carême n'est pas un temps de « privation » mais de « préparation » à la fête de Pâques. « Les Pères de l'Église avaient bien compris la faiblesse de l'homme. Il nous est impossible d'être constamment tournés vers Dieu. Le Carême nous aide à le faire. »

### **« Le Carême révèle nos faiblesses »**

Pour le père Gerasime, higoumène du monastère orthodoxe Skite Sainte-Foy, situé dans les Cévennes, « le Carême permet de créer un incident dont je suis le maître. Il révèle nos faiblesses et nous permet de comprendre leur origine ». Le moine rappelle cette parole du saint russe Séraphim de Sarov : « La prière, le jeûne et l'aumône ne sont que des moyens. Le vrai but de la vie chrétienne consiste en l'acquisition du Saint-Esprit de Dieu. »

Dans le calendrier orthodoxe, les jours de Carême sont plus nombreux que les jours ordinaires. En effet, les mercredis et vendredis de chaque semaine, les fidèles sont invités à jeûner. Le calendrier liturgique prévoit également quatre périodes de Carême : le Grand Carême, avant Pâques, le Carême de la Nativité, quarante jours avant Noël, le Carême avant les fêtes des saints Pierre et Paul et le Carême de la Dormition de la Mère de Dieu, qui dure du 1er au 14 août.

Arnaud Spilioti , LA CROIX du 29 mars 2024