

# A quoi sert le jeûne?



## Lectures de la messe

### Première lecture

#### « Est-ce là le jeûne qui me plaît ? » (Is 58, 1-9a)

Lecture du livre du prophète Isaïe

Ainsi parle le Seigneur Dieu :  
Crie à pleine gorge ! Ne te retiens pas !  
Que s'élève ta voix comme le cor !  
Dénonce à mon peuple sa révolte,  
à la maison de Jacob ses péchés.  
Ils viennent me consulter jour après jour,  
ils veulent connaître mes chemins.  
Comme une nation qui pratiquerait la justice  
et n'abandonnerait pas le droit de son Dieu,  
ils me demandent des ordonnances justes,  
ils voudraient que Dieu soit proche :  
« Quand nous jeûnons,  
pourquoi ne le vois-tu pas ?  
Quand nous faisons pénitence,  
pourquoi ne le sais-tu pas ? »  
Oui, mais le jour où vous jeûnez,  
vous savez bien faire vos affaires,  
et vous traitez durement ceux qui peinent pour vous.  
Votre jeûne se passe en disputes et querelles,  
en coups de poing sauvages.  
Ce n'est pas en jeûnant comme vous le faites aujourd'hui  
que vous ferez entendre là-haut votre voix.  
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,  
déliier les attaches du joug,

rendre la liberté aux opprimés,  
briser tous les jugs ?  
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 ?  
Alors ta lumière jaillira comme l'aurore,  
et tes forces reviendront vite.  
Devant toi marchera ta justice,  
et la gloire du Seigneur fermera la marche.  
Alors, si tu appelles, le Seigneur répondra ;  
si tu cries, il dira : « Me voici. »

- Parole du Seigneur.

## **Psaume**

**(50 (51), 3-4, 5-6ab, 18-19)**

**R/ Tu ne repousses pas, ô mon Dieu,  
un cœur brisé et broyé.**

Pitié pour moi, mon Dieu, dans ton amour,  
selon ta grande miséricorde, efface mon péché.  
Lave-moi tout entier de ma faute,  
purifie-moi de mon offense.

Oui, je connais mon péché,  
ma faute est toujours devant moi.  
Contre toi, et toi seul, j'ai péché,  
ce qui est mal à tes yeux, je l'ai fait.

Si j'offre un sacrifice, tu n'en veux pas,  
tu n'acceptes pas d'holocauste.  
Le sacrifice qui plaît à Dieu, c'est un esprit brisé ;  
tu ne repousses pas, ô mon Dieu, un cœur brisé et broyé.

## **Évangile**

**« Des jours viendront où l'Époux leur sera enlevé ; alors ils jeûneront » (Mt 9, 14-15)**

**Gloire au Christ,  
Sagesse éternelle du Dieu vivant.**

**Gloire à toi, Seigneur.**

Cherchez le bien, non le mal, afin de vivre.  
Ainsi le Seigneur sera avec vous.

**Gloire au Christ,  
Sagesse éternelle du Dieu vivant.**

**Gloire à toi, Seigneur.** (cf. Am 5, 14)

Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu

En ce temps-là,

les disciples de Jean le Baptiste s'approchèrent de Jésus en disant :

« Pourquoi, alors que nous et les pharisiens, nous jeûnons, tes disciples ne jeûnent-ils pas ? »

Jésus leur répondit :

« Les invités de la noce pourraient-ils donc être en deuil pendant le temps où l'Époux est avec eux ?

Mais des jours viendront où l'Époux leur sera enlevé ; alors ils jeûneront. »

- Acclamons la Parole de Dieu.

## Méditation

**Bien-aimés dans le Seigneur, rendons grâce au Seigneur pour ce temps de Carême** qu'Il nous offre pour revenir à Lui de tout notre cœur. C'est un temps exige de nous : privation, conversion, partage, ouverture, pardon, réconciliation, jeûne et prière continuelle.

Ce matin en effet les textes que la liturgie nous propose, nous invitent à méditer sur le véritable sens et la raison profonde de notre jeûne. Dans la première lecture, le prophète Isaïe dénonce une fausse manière de jeûner. Il parle d'un peuple qui pratique l'abstinence et l'humiliation corporelle, mais dont le cœur reste loin de Dieu. En effet, à quoi bon se priver de nourriture si notre comportement reste inchangé ? À quoi sert le jeûne si nous continuons à opprimer les autres, à entretenir la division et à ne pas pratiquer la justice ?

Dieu nous rappelle que le jeûne qui Lui plaît, c'est **d'ouvrir notre cœur aux autres** : Délivrer les chaînes de l'injustice, Partager son pain avec l'affamé, Accueillir les pauvres et les sans-abri, Ne pas se détourner de son prochain. Ce message est clair : notre démarche de carême ne peut pas être un simple exercice de privation extérieure, elle doit être un chemin de conversion intérieure qui se manifeste dans l'amour concret envers les autres.

L'évangile nous donne de mieux comprendre la raison fondamentale de notre jeûne : nous rapprocher de Dieu. Ce qui met immédiatement le chrétien en jeûne, en deuil, c'est son éloignement de Dieu. Lorsque nous nous sentons séparés de Dieu par le mal et le péché, alors le jeûne s'impose parce que l'époux nous a été enlevé ! Le péché, le mal nous enlève Dieu, nous enlève l'époux. Lorsque l'époux de notre âme, Jésus Christ, n'est plus avec nous, nous devons nous déchirer les vêtements et commencer un jeûne de pénitence, de repentance afin qu'il nous accorde la grâce de sa miséricorde et nous reconnecte à la source de vie qu'il est pour notre âme.

Demandons au Seigneur la grâce d'un cœur sincère, capable d'un jeûne qui transforme nos vies et qui nous rapproche vraiment de Lui. Que notre foi soit vivante, agissante, et rayonnante d'amour

### Prions

Dieu éternel et Tout Puissant donne à tous ceux qui portent le nom de chrétien de rejeter tout ce qui est indigne de ce nom et de s'ouvrir à ce qui lui fait honneur, ainsi l'époux ne leur sera jamais enlevé et ils vivront tous les jours dans la joie de l'Évangile. Par Jésus, le Christ notre Seigneur. Amen.

### Intercession

Nous te prions Seigneur pour tous ceux qui te cherchent par le vrai jeûne, accorde-leur ce que leur

cœur désire de réel et sain. A ceux qui font le mal sans regret ni frayeur, donne-leur la grâce de ce vrai jeûne qui ouvre à ta miséricorde et à ton pardon.

Vierge Marie, intercède pour nous.

### **Exercice spirituel**

Jeûner et prier (en communion avec le diocèse de Bafoussam) pour la paix au Cameroun.

**Abbé Martial SOH TAKAMTE**

**Diocèse de Bafoussam**