

# Jeûner oui, mais pourquoi et comment ?



## 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 jougs ?  
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**

Je te remercie Seigneur pour ce temps de carême au cours duquel tu m'invites à une relation profonde avec Toi. J'ai pleinement conscience que ce temps exige de moi : privation, conversion, partage, ouverture, pardon, réconciliation, jeûne et prière continuelle. Voilà pourquoi j'implore ta grâce afin qu'elle travaille en moi et m'aide de renouer mon lien d'amour avec toi, mon Dieu.

Ce matin, je veux m'arrêter sur la réponse que tu donnes aux disciples de Jean Baptiste afin de mieux comprendre le but et la portée du jeûne, qui est un des piliers centraux de ce temps de carême. Les disciples de Jean Baptiste comme tout bon juif accordaient beaucoup d'importance au jeûne comme moyen de s'humilier devant Dieu. C'était également une façon de se lamenter sur leur sort. Le jeûne pour eux était en ce sens un symbole de deuil et de tristesse, une simple pratique rituelle qu'ils étaient tenus de respecter.

Je comprends donc pourquoi tu veux nous introduire dans une manière radicalement nouvelle de voir et de penser notre pratique religieuse. Ta venue parmi nous, Seigneur, marque un nouveau départ, une nouvelle ère dans notre relation avec Dieu. En toi, s'accomplit un mariage entre le ciel et la terre. Tu es l'Époux et tu nous invites à partager ta joie. Nous sommes donc premièrement invités au cours de ce temps de carême à prendre le temps pour laisser nos cœurs se remplir de ta joie. La joie, et non la tristesse, doit ainsi caractériser notre quête de Dieu.

Il est cependant important d'observer que tu ne viens pas abolir les chemins anciens, mais les accomplir au-delà de ce que nous pouvons imaginer. Toute l'Écriture en effet témoigne de l'importance du jeûne pour notre progrès spirituel. Toutefois, comme nous le montre les textes d'aujourd'hui, cette pratique porte certaines exigences afin d'être agréable aux yeux de Dieu.

Le véritable jeûne doit nous amener à l'amour authentique de nos frères et sœurs ; il doit nous convertir en des personnes de plus en plus justes. Pour le prophète Isaïe, le véritable jeûne, celui qui plait à Dieu, doit nous amener à nous soucier sincèrement des autres, et même à s'oublier pour venir en aide aux autres. C'est uniquement ainsi que nos efforts pourraient porter des fruits dans notre vie de tous les jours.

## **Prions**

Seigneur Jésus, tu es venu transformer mon quotidien en temps de noces. Aide-moi à toujours te chercher dans le jeûne et la prière. Aide-moi à me détourner du péché et à changer de vie pour faire ta volonté.

## **Intercession**

Nous te prions pour tous les chrétiens qui ont cœur de renforcer au cours de cette période leur

intimité avec Toi. Assiste-les de ta grâce et aide-les à demeurer des témoins de ton amour.

### **Exercice spirituel**

Prendre la résolution au cours de cette période de jeûner de paroles blessantes, de querelles, d'insultes, de jalousie afin de se rapprocher davantage de Dieu et de nos frères et sœurs.

**Frère Martial SOH TAKAMTE, *diocèse de Bafoussam, Séminariste***

Pour écouter l'audio de cette méditation, cliquer ici <https://www.youtube.com/watch?v=npi8YXHlm-o>