

Introduction au programme de Carême 2026

« Revenez à moi de tout votre cœur » (Jl 2,12)

Chers frères et sœurs,

Chaque année, l’Église nous offre le Carême comme un **temps de grâce**, un temps favorable pour revenir à l’essentiel. Ce n’est pas d’abord un temps de tristesse ou de privation, mais un **chemin de transformation intérieure**. Pendant quarante jours, nous marchons vers Pâques, vers la lumière de la Résurrection.

Le Carême est une école du cœur.

Il nous apprend à prier davantage, à vivre plus simplement, à aimer plus concrètement.

À travers ce **carnet de Carême – Parole, Prière, Engagement**, nous voulons proposer un itinéraire clair et accessible :

- **La Parole** : écouter Dieu qui parle aujourd’hui.
- **La Prière** : entrer dans un dialogue vrai avec Lui.
- **L’Engagement** : traduire la foi en actes concrets.

Ce programme n’est pas une obligation supplémentaire.

Il est une invitation à laisser Dieu agir en nous.

Le Mercredi des Cendres

Entrer dans le désert avec le Christ

Le Carême commence avec le **Mercredi des Cendres**, jour sobre et profond. Ce jour-là, nous recevons les cendres sur notre front avec ces paroles :

« Convertissez-vous et croyez à l’Évangile »
ou
« Souviens-toi que tu es poussière et que tu retourneras en poussière »

1. Le sens des cendres

Les cendres rappellent notre fragilité.

Elles nous redisent que nous ne sommes pas Dieu, que notre vie est précieuse mais limitée.

Mais les cendres ne sont pas un signe de désespoir.

Dans la Bible, elles sont un **signe de conversion et d’espérance**. Celui qui se couvre de cendre reconnaît son péché... et attend la miséricorde de Dieu.

Les cendres marquent le début d’un retour.

Un retour vers Dieu, qui ne se lasse jamais de nous aimer.

2. Un appel à la conversion

Le prophète Joël nous dit :

« Revenez à moi de tout votre cœur. »

La conversion n’est pas seulement un changement extérieur.

Elle est un mouvement intérieur :

- changer de regard
- changer de priorité
- remettre Dieu au centre

Le Carême est le temps pour :

- purifier notre cœur
- réorienter notre vie
- renouveler notre relation avec Dieu

3. Les trois piliers du Carême

Jésus nous indique trois chemins (Mt 6) :

La prière – retrouver l'intimité avec Dieu

Le jeûne – apprendre la liberté intérieure

La charité – aimer concrètement nos frères

Ces trois dimensions ne sont pas séparées : elles forment un seul mouvement d'amour.

Une invitation pour chacun de nous

Ce Carême 2026 est une occasion unique.

Peut-être que Dieu veut toucher une zone précise de notre vie.

Peut-être veut-Il guérir, relever, réorienter.

Ne laissons pas passer cette grâce.

Entrons ensemble dans ce temps avec confiance.

Au bout du chemin, il y a la joie de Pâques.

Bonne route et union de prière - Père Christophe SIELSKI – votre pasteur sur ce chemin

FIL ROUGE DU CARÊME

- **Prière** : Parole de Dieu, adoration, silence
- **Jeûne** : simplicité, liberté intérieure
- **Charité** : gestes concrets et communautaires
- **Réconciliation** : avec Dieu, avec soi, avec les autres

PRIÈRE DU CARÊME 2026

Seigneur,

conduis-nous au désert pour écouter ta voix.

Brise nos résistances, guéris nos cœurs,
et fais de nous des témoins de ta miséricorde.

Conduis-nous vers la joie de Pâques.

Amen.