



# Carême 2026

Pendant ce carême nous vous proposons de lire, méditer, nous laisser inspirer par cette première exhortation du pape Léon XIV

## Méditation d'entrée en Carême

Mercredi 18 Février 2026



La méditation de ce texte est une invitation à  
« Contempler l'amour du Christ »

Disposition intérieure : «*Seigneur me voici.* »

### Lecture d'extraits :

1. « Je t'ai aimé » (*Ap 3, 9*), a dit le Seigneur à une communauté chrétienne qui n'avait ni importance ni ressources, contrairement à d'autres, et qui était exposée à la violence et au mépris : « Disposant pourtant de peu de puissance [...] je les forceraï à venir se prosterner devant tes pieds » (*Ap 3, 8-9*). Ce texte rappelle les paroles du Cantique de Marie : « Il a renversé les puissants de leurs trônes et élevé les humbles. Il a comblé de biens les affamés, renvoyé les riches les mains vides » (*Lc 1, 52-53*).

93. Dans l'encyclique *Dilexit nos* le Pape François a rappelé que le péché social prend forme comme "structure de péché" dans la société, qui « est souvent ancrée dans une mentalité dominante qui considère normal ou rationnel ce qui n'est rien d'autre que de l'égoïsme et de l'indifférence. Ce phénomène peut être défini comme une aliénation sociale ». Il devient normal d'ignorer les pauvres et de vivre comme s'ils n'existaient pas. Le choix semble raisonnable d'organiser l'économie en demandant des sacrifices au peuple pour atteindre certains objectifs qui concernent les puissants. Pendant ce temps, seules les "miettes" qui tomberont sont promises aux pauvres jusqu'à ce qu'une nouvelle crise mondiale les ramène à leur situation antérieure. C'est une véritable aliénation qui conduit à ne trouver que des excuses théoriques et à ne pas chercher à résoudre aujourd'hui les problèmes concrets de ceux qui souffrent. Saint Jean-Paul II le disait déjà : « Une société est aliénée quand, dans les formes de son organisation sociale, de la production et de la consommation, elle rend plus difficile la réalisation de ce don et la constitution de cette solidarité entre les hommes ».

115. Il convient de dire un dernier mot sur l'aumône, qui n'a pas bonne réputation aujourd'hui, souvent même parmi les croyants. Non seulement elle est rarement pratiquée, mais elle est parfois même méprisée. Je répète d'une part que l'aide la plus importante à une personne pauvre consiste à l'aider à trouver un bon travail, afin qu'elle puisse gagner sa vie de manière plus conforme à sa dignité en développant ses capacités et en offrant ses efforts personnels. Le fait est que « le manque de travail c'est beaucoup plus que le manque d'une source de revenus pour vivre. Le travail c'est aussi cela, mais il représente beaucoup, beaucoup plus. En travaillant, nous devenons davantage des personnes, notre humanité fleurit, les jeunes ne deviennent adultes qu'en travaillant. La Doctrine sociale de l'Église a

toujours considéré le travail humain comme une participation à la création qui continue chaque jour, également grâce aux mains, à l'esprit et au cœur des travailleurs ». D'autre part, si cette possibilité concrète n'existe pas encore, nous ne devons pas courir le risque de laisser une personne abandonnée à son sort, sans ce qui est indispensable pour vivre dignement. Et donc, l'aumône reste, entre-temps, un moment nécessaire de contact, de rencontre et d'identification à la condition d'autrui.

118. On attribue à saint Jean Chrysostome l'expression : « L'aumône est l'aile de la prière. Si donc tu ne donnes pas une aile à ta prière, elle ne vole pas ». Et saint Grégoire de Nazianze concluait l'un de ses célèbres discours par ces mots : « Si donc vous m'écoutez, serviteurs du Christ, frères et cohéritiers, pendant qu'il en est encore temps, visitons le Christ, soignons le Christ, nourrissons le Christ, habillons le Christ, accueillons le Christ, honorons le Christ, non seulement avec une table, comme certains, avec des onguents, comme Marie, avec un tombeau, comme Joseph d'Arimathie, par des rites funéraires, comme Nicodème, qui n'aimait le Christ qu'à moitié, par l'or, l'encens et la myrrhe, comme les mages, mais puisque le Maître de tout veut la miséricorde et non le sacrifice [...], offrons-la-lui dans les pauvres, afin qu'à notre départ d'ici, ils nous accueillent dans les tentes éternelles ».

119. L'amour et les convictions les plus profondes doivent être nourris, et cela se fait par des gestes. Rester dans le monde des idées et des discussions, sans gestes personnels, fréquents et sincères, sera la ruine de nos rêves les plus précieux. Pour cette simple raison, en tant que chrétiens, ne renonçons pas à l'aumône. Un geste qui peut être fait de différentes manières, et que nous pouvons essayer de faire de la manière la plus efficace possible, mais nous devons le faire. Et il vaudra toujours mieux faire quelque chose que ne rien faire. Dans tous les cas, cela touchera notre cœur. Ce ne sera pas la solution à la pauvreté dans le monde, qui doit être recherchée avec intelligence, lutte et engagement social. Mais nous avons besoin de nous exercer à l'aumône pour toucher la chair souffrante des pauvres.

120. L'amour chrétien brise toutes les barrières, rapproche ceux qui sont éloignés, unit les étrangers, rend familiers les ennemis, franchit des abîmes humainement insurmontables, pénètre dans les replis les plus cachés de la société. De par sa nature, l'amour chrétien est prophétique, il accomplit même des miracles, il n'a pas de limites : il est pour l'impossible. L'amour est avant tout une façon de concevoir la vie, une façon de la vivre. Eh bien, une Église qui ne met pas de limites à l'amour, qui ne connaît pas d'ennemis à combattre, mais seulement des hommes et des femmes à aimer, est l'Église dont le monde a besoin aujourd'hui.

121. Que ce soit par votre travail, votre lutte pour changer les structures sociales injustes, ou encore par ce geste d'aide simple, très personnel et proche, il sera possible pour ce pauvre de sentir que les paroles de Jésus s'adressent à lui : « Je t'ai aimé » (Ap 3, 9).

#### Réflexion : Qu'est-ce qui me touche dans ce texte ?

---

#### Prière : Prière d'Alliance à partir de ce texte :

- « Merci Seigneur pour ..... »  
« Pardon Seigneur pour ..... »  
« S'il te plaît..... »

#### Prise des notes suite à la lecture et la prière

pour laisser ce texte raisonner et travailler intérieurement en nous tout au long du carême

---

Nous pourrons mettre en commun nos réflexions, inspirations  
« ce que l'Esprit dit à la paroisse Notre Dame de la Sagesse »  
pendant le temps pascal (c.à.d entre Pâques et Pentecôte)