



PAIN POUR LE PROCHAIN - ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Cité partenaire»

Campagne œcuménique 2017

Formation pour les semaines de jeûne

Parcours spirituel pour revisiter notre relation à la Terre à travers les nourritures

Saint-Maurice, 19 novembre 2016

Michel Maxime Egger, responsable «transition intérieure», Pain pour le prochain
egger@bfa-ppp.ch - <https://painpourleprochain.ch/transition/>
021 614 77 19 – 079 599 97 30



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Une partenance»

Etapes du parcours



- I. Consommer ou communier?
- II. Dire merci pour le don de Dieu
- III. Se re-liaer à la Terre
- IV. Communier avec l'humanité
- V. Jardiner sa terre intérieure
- VI. Entrer dans la sobriété
- VII. Communier au divin

I. Consommer ou communier?

Quel est le sens de l'acte de manger?

« Chaque jour, d'un même cœur, [...] ils rompaient le pain dans les maisons, ils prenaient leurs repas avec allégresse et simplicité de cœur. » (Ac 2, 46)

« L'être humain est ce qu'il mange. »

Ludwig Feuerbach



I. Consommer ou communier?

- Jeûne = retournement vers l'intérieur
 - refondation de notre relation à la Terre et à la nourriture
 - Importance clé de la nourriture dans la Bible (base de la vie)
 - Aliments > objets -> symboles (sens *symbolon* : ce qui unit)
 - Manger / jeûner = fabriquer du lien (alliance).
 - Rapport aux nourritures = lieu originaire de l'éthique & spirituel
 - « Quoi » et « comment » manger (conscience, attitude)
 - Choix de consommateur ≠ neutres (écologie, justice,...)
 - Eucharistie: manger = communier
-
- Jeûne (abstention de nourriture matérielle, puiser dans les réserves du corps) = retournement vers l'intérieur, transformation de tout l'être via le corps -> refondation de notre relation à la Terre
 - Occasion de réfléchir sur le sens du manger, notre mode de relation aux nourritures & ses conséquences
 - Importance clé de la nourriture dans la Bible (fruit défendu, scènes de repas, Cène, banquet du royaume)
 - Alimentation = cœur de notre existence, base de notre vie
 - Aliments > objets: symboles (sens *symbolon* : ce qui unit)
 - Manger > obéir à des pulsions alimentaires et ingurgiter des molécules -> fabriquer du lien (alliance).
 - Rapport aux nourritures = lieu originaire de l'éthique et du spirituel
 - Relation à toute la Création, aux autres, à Dieu
 - « Quoi » manger = indissociable de « comment » : avec quelle vision, intention, attitude intérieure, conscience?
 - Choix de consommateur ≠ neutres (écologie, justice, spiritualité)
 - Eucharistie: manger = communier



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec "Cité paroisserie"

II. Dire merci pour le don de Dieu

Quel regard portons-nous sur la Création et ses
nourritures?

« Voici, je vous donne toute herbe qui porte sa
semence sur toute la surface de la terre et tout arbre
dont le fruit porte sa semence ; ce sera votre
nourriture. » (Gn 1, 29)

« La nourriture ne peut s'interpréter comme
carburant que dans un monde d'exploitation. »
Emmanuel Levinas



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÈME
En collaboration avec "Cité paroisserie"

II. Dire merci pour le don de Dieu

- Création et nourritures = dons de Dieu et de la Terre
 - Cœur de la vie humaine ≠ augmentation de la production et consommation
 - La Terre ≠ stock de ressources: valeur intrinsèque > utilitaire
- Don ≠ bien/objet (consommation), mais lien/relation (amour) -> sens
 - « Recevoir » plutôt que « prendre »
 - Retrouver la valeur du « donné » > « transformé »
- Gratitude (image de Dieu): « Rendez grâce en toute circonstance ! » (1 Th 5, 17)

- 10^e parole créatrice = occasion pour Dieu de donner à l'être humain ce qui constituera sa nourriture
- La Création et toutes les nourritures sont des dons de Dieu et de la Terre
 - « imaginaire » où l'utilité, l'augmentation de la production et la consommation ≠ centre de la vie humaine
 - La Terre ≠ stock de ressources: valeur intrinsèque > instrumentale
- Don ≠ bien/objet (consommation -> fin en soi, ego), mais lien/relation (amour) -> sens (Notre Père)
- Face à un don: « recevoir » plutôt que « prendre » : sortir de la prédation et de l'appropriation / accaparement (Lv 25,23; Ps 24,1)
- Retrouver la valeur du « donné » > « transformé »
- Gratitude (image de Dieu): « Rendez grâce en toute circonstance ! » (1 Th 5, 17) -> eucharistie
 - à travers le repas (préparé ou pris), l'air (respiré) et les relations, recevoir et accueillir la Création comme un présent (présence et don) de Dieu (gratuit et plein de grâce)



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Cité parisiennes»

III. Se re-lie à la Terre

Quel est mon lien avec la nourriture et la Terre?

« Le Seigneur Dieu modela l'homme avec de la
poussière prise du sol. » (Gn 2, 7)

« La nourriture représente notre communion
naturelle avec la chair du monde »
Serge Boulgakov



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Une partenance»

III. Se re-lie à la Terre

- Manger = incorporer la Création dans son être pour se perpétuer et croître
 - Occasion d’une nouvelle conscience de soi (dimension cosmique, interdépendance, humilité)
 - Nature (nourriture) ≠ extérieure à l’humain (microcosme)
 - Nous faisons partie de la nature: inscription dans l’histoire / toile du vivant
 - Nous sommes membres de la fraternité cosmique (François d’Assise)
 - La nature fait partie de notre être (3 règnes)
 - Adam (*adamah*) / être humain (*humus*) a été façonné par Dieu à partir de la glaise
 - « Soi écologique » et « inconscient écologique
-
- Ce que nous mangeons est le fruit de la Terre, du soleil, de la pluie...
 - Manger = incorporer la Création dans son être pour se perpétuer et croître
 - Nature (nourriture) ≠ extérieure à l’humain (microcosme) ↔ modernité (séparation & domination)
 - 1) Nous faisons partie de la nature: inscription dans la chaîne / toile de la vie
 - Nous sommes le fruit de l’histoire de la Terre (évolution)
 - Nous sommes membres de la fraternité cosmique (François d’Assise)
 - 2) La nature fait partie de notre être avec ses 3 règnes (minéral, végétal, animal)
 - Adam (*adamah*) / être humain (*humus*) a été façonné par Dieu à partir de la glaise, le même jour (6^e) que les animaux -> « soi écologique »
 - « Inconscient écologique »: les strates les plus profondes de la psyché sont tissées de non-humain -> lien intime avec la Terre
 - Manger = occasion d’une nouvelle conscience de soi (cosmique & humilité)
 - Expérience de notre unité & lien profond – physique, psychologique et spirituelle
 - origine et appartenance commune avec la Terre dont nous sommes les enfants
 - Interdépendance: « Un crime contre la nature est un crime contre nous-mêmes » (patriarche Bartholomée 1er cité par *Laudato si’*)
 - Etre touché par ce qui arrive à la Terre: honorer notre peine pour le monde



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec "Cité participative"

IV. Communier avec l'humanité

Quelle place est-ce que j'accorde aux autres quand je mange ?

« Si un membre souffre, tous les autres partagent sa souffrance. » (1 Co 12, 26)

« Etre, c'est inter-être. Vous ne pouvez pas "être" simplement par vous-même. Cette feuille de papier est parce que tout le reste est...»

Thich Nhat Hanh



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Etre partenaire»

IV. Communier avec l'humanité

- Dans la conscience spirituelle, toute réalité = un « inter-être » (Thich Nhat Hanh)
 - Manger = communier à cet « être avec »
 - Etre relié aux souffrances de tous ces êtres (humains et autres qu'humains)
 - La nourriture n'a pas seulement un effet sur mon être et ma santé -> affecte tout le cosmos et les autres
 - Cette présence des autres créatures me requiert et m'oblige: responsabilité
 - Choix alimentaires et achats
-
- Les aliments ne sont pas arrivés tout seuls dans l'assiette: beaucoup de temps, de soin et de travail
 - Thich Nhat Hanh : dans la conscience spirituelle, toute réalité = un « inter-être », un « être avec », porteur de tous les éléments (interdépendance) qui ont rendu possible son existence: paysan, transporteur, boulanger, etc...
 - Manger = communier à tout cet « inter-être »
 - Au plan subtil = on n'est jamais seul quand on mange : toujours avec les autres qui sont présents dans ce dont je me nourris (ils s'invitent à ma table) -> gratitude
 - Etre reliés aux souffrances de tous ces êtres (humains et autres qu'humains) : faim, malnutrition, accaparement des terres, violation des droits, maltraitance...
 - Cette présence des autres créatures me requiert et m'oblige:
 - Responsabilité = engagée chaque fois que nous mangeons -> cohérence
 - Choix alimentaires et achats indiquent la place que j'accorde (ou non) aux autres
 - Appel à prendre en compte leur existence, leurs besoins, qui n'ont pas moins de valeur que les miens.
 - – La nourriture ≠ seulement un effet sur mon être et ma santé -> affecte tout le cosmos et les autres.

V. Jardiner sa terre intérieure

De quoi ai-je vraiment faim et soif ?

« Le Seigneur Dieu prit l'homme et l'établit dans le jardin d'Eden pour cultiver le sol et le garder. »

(Gn 2, 15)

« Il y a assez de ressources sur cette planète pour répondre aux besoins de tous, mais pas assez pour satisfaire les convoitises de chacun. »

Gandhi



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÈME
En collaboration avec «Une partenance»

V. Jardiner sa terre intérieure

- Sol à cultiver et garder (Gn 2, 15) = aussi notre terre intérieure (*adamah*)
 - forces égoïstes, pulsions inconscientes
 - passion tenace de consommer (ancrage dans la psyché)
 - 2 champs à transformer où se joue notre participation au système économique:
 - puissance de désir désorientée et dégradée (envies)
 - peur (manque, mort)
 - Jeûne = chemin de conscience et outil de libération intérieure
 - réorienter le désir : corps prédateur -> corps contemplateur
 - vaincre la peur (manque matériel ⇔ abondance spirituelle)
 - discerner entre vrais besoins et envies
-
- Unité de l'être humain avec la nature -> déséquilibres écologiques = f(désordres intérieurs)
 - Sol à cultiver et garder (Gn 2, 15) = aussi notre terre intérieure (*adamah*)
 - être des gérants responsables de la Création => gérants de notre cosmos intérieur et des «animaux» sauvages qui l'habitent : énergies désordonnées, passions égoïstes, pulsions inconscientes dont nous pouvons être les jouets
 - ténacité de la passion de consommer (ancrage profond dans la psyché)
 - 2 champs sont à transformer où se joue notre participation au système économique écocide (ressorts intimes capturés et instrumentalisés par le marché):
 - puissance de désir (être, image de Dieu) dégradée en envies (avoir, avidité) -> désorientation et addiction
 - peur (manque, mort) ⇔ accumulation
 - Jeûne = chemin de conscience et outil de libération intérieure
 - réorienter le désir (recentrage): corps prédateur -> corps contemplateur
 - vaincre la peur (pénurie matérielle ⇔ abondance spirituelle)
 - discerner entre vrais besoins (satiables) et envies superflues (infinies)
 - Jeûner= créer un vide, se mettre en état de creux pour se laisser remplir par une autre nourriture, spirituelle (communion).



VI. Entrer dans la sobriété

Suis-je prêt à m'autolimiter?

« Tu pourras manger de tout arbre du jardin, mais tu ne mangeras pas de l'arbre de la connaissance de ce qui est bon ou mauvais car, du jour où tu en mangeras, tu devras mourir. » (Gn 2, 16 s.)

« La sobriété est une option heureuse qui produit une vie allégée, tranquille et libre. Le bonheur n'est pas dans la possession, l'avoir, mais dans l'être. »

Pierre Rabhi



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Une partenance»

VI. Entrer dans la sobriété

- Dieu accompagne son don d'un « inter-dit » (Gn 2, 16)
 - Pose une limite pour en réguler l'usage
- Imprimer dans l'acte de manger certains principes pour une relation « juste » avec les autres créatures:
 - Vie (↔ mort), gratitude (↔ convoitise), coopération (↔ domination), respect (↔ exploitation), communion (↔ consommation)
- Instaurer un décalage entre le désir et son assouvissement.
 - Autolimitation, sobriété (↔ avidité sans mesure)
 - Diminuer nos appétits pour marcher légèrement sur la Terre
 - Partager pour actualiser l'interdépendance de tout et tous

- Dieu accompagne son don d'une parole, d'un inter-dit (Gn 2, 16)
- Le manger fait l'objet de la 1^{ère} loi donnée par Dieu à l'être humain
 - manger et boire = besoins vitaux.
 - Dieu pose une limite : non pour diminuer le don, mais pour en réguler l'usage
- 1) Dieu veut que soient imprimés dans l'acte de manger certains principes devant régir une relation juste – tissée justice – avec les autres créatures:
 - relation qui va vers la vie et non la mort, car fondée sur la gratitude (↔ convoitise), la coopération (↔ domination), le respect (↔ exploitation).
- Le respect porte sur nous-mêmes (propre corps) -> santé ↔ éléments toxiques ou étrangers (pesticides, herbicides, colorants, antibiotiques...): purification par le jeûne, mais aussi sur les autres créatures – présentes et futures – reconnues dans leur altérité, valeur intrinsèque, dignité et raison d'être profonde (*logos*) dans le dessein de Dieu.
- 2) Commandement instaure un décalage entre le désir et son assouvissement. Il « interdit » l'avidité sans mesure -> autolimitation, sobriété; invite à « réorienter » le désir en revenant à l'essentiel (respect des limites de la planète), à marcher légèrement sur la Terre en réduisant notre empreinte sur la nature, à diminuer nos appétits, pulsions d'achat et besoins de possession afin d'accorder aux autres créatures – humaines et non humaines – ainsi qu'aux générations futures l'espace nécessaire pour qu'elles puissent vivre, se développer, exercer leurs droits.
- 3) « Interdit » = relation instrumentale « Je-Cela » (consommation) qui enténèbre le « cela est bon » inaugural, au lieu de le célébrer par une relation dialogique « Je-Tu » (communion)
 - Pas de communion authentique sans partage (meilleur usage possible biens)
- Partager = actualiser l'unité et l'interdépendance de tout et tous
 - Partage des nourritures = signe fort de solidarité, fraternité et justice (plan local/micro, mais aussi global/macro)... : impact de ma consommation sur le droit à l'alimentation des autres.



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Cité paroisserie»

VII. Communier au divin

Quel est le carburant de ma vie ?

« Ce n'est pas seulement de pain que l'humain vivra,
mais de toute parole sortant de la bouche de Dieu »

(Mt 4, 4 / Dt 8, 3)

« Ce n'est pas des éléments matériels du pain que
l'homme reçoit sa vie, mais bien des étincelles de
vie divines qui s'y trouvent contenues. »

Moshé de Kobryn



PAIN POUR LE PROCHAIN ACTION DE CARÊME
En collaboration avec «Une partenance»

VII. Communier au divin

- Le jeûne (Jésus dans le désert) rappelle le besoin de se nourrir aussi de la Parole, d'enseignements spirituels.
- Le principe de la vie ne réside pas seulement dans la dimension matérielle de la nourriture (calories et protéines), mais (aussi) dans les énergies « divines » dont elles peuvent être le vecteur et qui *sont* la Vie (interprétation mystique de Mt 4,4 / Dt 8,3)
- Le jeûne comme outil de connaissance de Dieu, via une ouverture à l'expérience de l'Esprit saint, un éveil des sens et de l'intellect spirituel.

- Le jeûne ouvre à une autre dimension du réel et de la vie
- L'humain ne vit pas seulement de pain, mais de la Parole de Dieu (Mt 4,4; Dt 8,3)
 - Peuple hébreu dans le désert (40 ans) pour éprouver la faim et la pauvreté (don de la manne); Jésus au désert (40 jours, jeûne) pour résister aux tentations du « diabolos » (celui qui divise), notamment celle de transformer les pierres en pain.
- Interprétation 1: nous devons nous nourrir aussi d'enseignements spirituels.
- Interprétation 2: nous devons nous nourrir aussi d'énergies divines
 - Maître hassidique Moshé de Kobryn : « Ce n'est pas des éléments matériels du pain que l'homme reçoit sa vie, mais bien des étincelles de vie divines qui s'y trouvent contenues. Si vous voulez savoir où est Dieu, vous n'avez qu'à regarder ce pain : là Il est. C'est par Sa vie et par Son souffle vivifiant que toutes choses subsistent ; qu'Il se retire de l'une d'elles, elle tombe en pièces et s'anéantit. »
 - La mystique juive rejoint la mystique de l'Orient chrétien, pour laquelle la réalité fondamentale est l'énergie divine — lumière, souffle infini — qui anime chaque créature (de la plus petite à la plus grande)
- Le principe de la vie ne réside pas seulement dans la dimension matérielle de la nourriture (calories et protéines), mais (aussi) dans les énergies « divines » dont elles peuvent être le vecteur et qui *sont* la Vie.
 - La nourriture ne donne et n'entretient la vie que parce qu'elle est don et habitat de Dieu qui *est* la vie.
- – La nourriture, dans sa profondeur, a plus que sa matérialité à offrir ;
 - Manger n'a pas qu'une fonction physiologique, mais une dimension spirituelle et symbolique.
- Le jeûne comme outil de connaissance de Dieu, via une ouverture à l'expérience de l'Esprit saint via un-e vidage/vidange de l'ego et un éveil des sens et de l'intellect spirituel.