

## **CARÊME**

### **Entre fête, mémoire et liberté intérieure**

À l'approche du Carême, notre calendrier liturgique nous fait traverser une journée singulière, parfois perçue comme légère ou folklorique : le Mardi gras. Et pourtant, derrière les crêpes, les beignets et les déguisements, se cache une tradition ancienne, riche de sens, qui peut encore nourrir notre réflexion spirituelle aujourd'hui.

Mardi gras plonge ses racines dans l'Antiquité. Les Romains célébraient à cette période les Calendes de mars, fêtes du renouveau, de la fin de l'hiver et du retour de la lumière. On y inversait parfois les rôles sociaux, on se déguisait, on faisait place à la joie et à une certaine liberté. Ces fêtes exprimaient, à leur manière, le besoin profondément humain de célébrer la vie, le mouvement, le recommencement.

Avec le temps, le christianisme a intégré ces traditions dans son propre calendrier. Mardi gras est devenu la veille du Carême, ce temps qui conduit vers Pâques. On y « faisait gras », non par excès gratuit, mais parce que s'ouvrait ensuite une période plus sobre, plus intériorisée. Le carnaval — du latin *carne levare*, « enlever la viande » — marquait symboliquement un passage : celui qui mène de l'agitation à l'écoute, de l'extérieur vers l'intérieur.

Pour nous, chrétiens réformés, souvent prudents face aux rites ou aux prescriptions, ces traditions peuvent sembler lointaines. Pourtant, elles disent quelque chose d'essentiel sur notre manière de vivre la foi. Elles nous rappellent que l'existence est faite de rythmes, de contrastes, d'alternances. Qu'il y a un temps pour la fête et un temps pour le silence, un temps pour l'élan et un temps pour le recul.

Entrer en Carême, ce n'est pas se soumettre à une règle, ni chercher la performance spirituelle. C'est accepter une invitation : celle de faire de la place. Faire de la place dans nos vies souvent trop pleines. Faire de la place pour l'écoute, pour la réflexion, pour la prière, pour l'autre. Faire de la place pour Dieu, non comme une contrainte, mais comme une présence qui éclaire et qui libère.

Dans cette perspective, Mardi gras prend tout son sens. Il n'est pas l'exact opposé du Carême, mais son seuil. Il nous rappelle que la foi chrétienne n'est pas une foi triste ou austère. Elle connaît la joie, le rire, le partage. Elle sait que la vie est bonne, que le monde est digne d'être célébré. Mais elle nous invite aussi à ne pas nous y perdre, à ne pas confondre l'essentiel et l'accessoire.

Le temps du Carême peut alors devenir un temps de vérité simple : quels sont les masques que je porte ? Qu'est-ce qui m'empêche d'être pleinement présent à moi-même, aux autres, à Dieu ? De quoi ai-je besoin de me détacher pour vivre plus librement, plus justement, plus profondément ?

Dans une société saturée de bruit, d'images et de sollicitations, cette démarche est plus actuelle que jamais. Elle ne demande pas des exploits, mais une attention renouvelée. Un pas de côté. Une respiration.

Ainsi, en passant de la fête du Mardi gras au temps du Carême, nous ne quittons pas la joie : nous apprenons à la chercher autrement. Non dans

l'accumulation, mais dans la profondeur. Non dans le paraître, mais dans la vérité du cœur.

Que ce temps qui s'ouvre soit pour chacun et chacune de nous un chemin de clarté, de liberté intérieure et d'espérance.

Un temps pour se recentrer, se laisser rejoindre, et avancer, humblement, vers la lumière de Pâques.

**Pasteure Isabelle Lozeron-Hervé**

### **Prière**

Dieu de vie et de lumière, au seuil de ce temps nouveau, nous te confions nos vies telles qu'elles sont, avec leurs élans, leurs fatigues et leurs attentes.

Apprends-nous à faire de la place en nous, à écouter ce qui compte vraiment, à marcher plus simplement, plus librement.

Que ce temps qui s'ouvre nous aide à nous recentrer, à accueillir ta présence dans le silence comme dans la joie, et à avancer avec confiance sur le chemin qui mène à la vie.

Amen.