Méditation de la semaine du Père Ashok : Le Pardon

4ème méditation : Le Pardon

Le Pardon : « Supportez-vous les uns les autres, et pardonnez-vous mutuellement si vous avez des reproches à vous faire. Le Seigneur vous a pardonnés : faites de même » (Col 3, 13).

Si quelqu'un nous blesse, nous insulte, nous humilie, nous discrimine, nous abuse, nous trompe, nous trahit sans raison, de manière injuste, notre réflexe naturel est de lui répondre de la même façon, c'est-à-dire, de nous venger. Si quelqu'un nous dit une parole violente la plupart de nous réagit avec la même violence. Nous le voyons souvent dans la rue. Face à l'injustice que nous subissons, la colère, comme un lion, éclate en nous. On se demande : « comment se fait-il qu'il m'ait traité de telle façon, qu'il m'ait causé une telle douleur ? ».

Beaucoup n'arrivent pas à oublier telle ou telle personne pendant des années, voire tout au long de leur vie, parce qu'elle a blessé et brisé gravement leur cœur. Souvent les personnes qui nous blessent ne sont pas des ennemis venant d'autres pays ou planètes, mais nos proches : nos parents, nos enfants, nos amis. Peut-être que je n'arrive pas à pardonner : à mon papa qui ne m'a jamais montré sa tendresse, qui ne m'a pas laissé son héritage, à ma maman surprotectrice qui ne m'a pas laissé grandir, à mon mari ou à ma femme pour ses remarques humiliantes, à mon frère ou à ma sœur qui a refusé de m'inclure dans son groupe d'amis, à mon ami qui a trahi ma confiance en livrant mon secret etc. Par ailleurs, plus l'offense est sérieuse et grave, plus le pardon est difficile. Quoiqu'il en soit, si on ne se pardonne pas, les relations humaines deviennent difficiles et impossibles.

Lorsque Pierre s'approche de Jésus pour lui demander : « Seigneur, lorsque mon frère commettra des fautes contre moi, combien de fois dois-je lui pardonner ? Jusqu'à sept fois ? » Jésus lui répond : « Je ne te dis pas jusqu'à sept fois, mais jusqu'à soixante-dix fois sept fois ». (Mt 18, 21-22). Pardonner aux autres, d'abord et avant tout, est pour notre bien. Rappelons-nous les mots du Père Lacordaire, « Voulez-vous être heureux un instant ? Vengez-vous. Voulez-vous être heureux toujours ? Pardonnez ». On dit souvent que refuser de pardonner à quelqu'un, c'est comme avaler du poison en espérant la mort de l'autre. En effet, l'amertume, la rancune, le ressentiment risquent de créer un stress qui attaque notre système immunitaire. Nous risquons de tomber malade physiquement et psychologiquement. Si nous ne pardonnons pas aux autres, nous ne sommes plus libres, nous sommes prisonniers de notre passé.

Certains pensent que pardonner à quelqu'un qui nous a fait du tort est une façon de perdre le combat. Autrement dit, ils croient que pardonner est le fait de personnes faibles et timides. Or c'est tout le contraire. Pardonner n'est possible que pour des personnes fortes et courageuses. Il faut beaucoup d'humilité, de courage et de force intérieure pour pardonner à quelqu'un. Cela demande une grâce surnaturelle. Pardonner est une qualité divine. Les personnes orgueilleuses ne peuvent pas pardonner aux autres. La punition des orgueilleux, c'est la solitude et l'isolement. Ils n'arrivent pas à rétablir la relation en se réconciliant avec les autres.
Jésus dit : « Et quand vous vous tenez en prière, si vous avez quelque chose contre quelqu'un, pardonnez, afin que votre Père qui est aux cieux vous pardonne aussi vos fautes » (Mc 11, 25). Au cours de ce carême nous pouvons demander la grâce à la fois d'accorder notre pardon aux autres et de demander pardon aux autres. Quelle que soit la gravité ou l'intensité de la blessure, il est toujours possible de pardonner. C'est possible avec l'aide de Dieu. Ne soyons pas paralysés par les blessures du passé, ne demeurons pas prisonniers de ce passé.

Pardonner c’est un choix, c’est une décision. Prions pour obtenir cette grâce pendant ce carême. Amen.

Ashok BODHANA SJ

3ème méditation : L’Aumône

L’Aumône : « Dieu aime celui qui donne joyeusement » (2 Co 9, 7).

L’Aumône est une pratique très connue à la fois dans l’Ancien Testament et dans Nouveau Testament. Les Rabbins disent souvent que, “*Les riches aident les pauvres dans ce monde, mais les pauvres aident les riches dans le monde à venir*.” De même Jésus dit, « *Vendez ce que vous possédez et donnez-le en aumône. Faites-vous des bourses qui ne s’usent pas, un trésor inépuisable dans les cieux, là où le voleur n’approche pas, où la mite ne détruit pas » (Lc 12, 33)*. Autrement dit, c’est le partage avec les pauvres qui nous procure le paradis. On peut choisir d’être riches en gardant jalousement notre argent, nos dons, nos ressources pour nous-mêmes seuls en cette vie éphémère et ensuite d’être pauvres dans la vie à venir, qui dure éternellement. N’oublions pas non plus, ce fameux proverbe indien, « *tout ce qui n’est pas donné est perdu ».* Le mot « aumône » vient du latin « *elemosina*« , et du grec « *eleêmosunê*« , qui signifie compassion, miséricorde, bienfait, avoir pitié. C’est également compatir avec celui qui est dans le besoin et en train de souffrir. Pour pouvoir comprendre les autres, notamment les pauvres, il faut un cœur sensible et bienveillant, un cœur qui peut voir, entendre, sentir et comprendre la souffrance de l’autre. Comme le dit la Bible, « *Qui a bon cœur sera béni : il partage son pain avec le pauvre* (Pv 22, 9). De manière générale, les pauvres sont ceux qui luttent quotidiennement pour la vie, ceux qui n’ont pas les besoins de base comme la nourriture, le logement, et

les vêtements. Celui qui aide et partage avec un pauvre, de fait, aide Dieu lui-même. C'est pourquoi Jésus disait, « *car j'avais faim, et vous m'avez donné à manger ; j'avais soif, et vous m'avez donné à boire ; j'étais un étranger, et vous m'avez accueilli … Amen, je vous le dis :* ***chaque fois que vous l'avez fait à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait.*** *(Mt 25, 35-40) ».*

Bien souvent, nous avons l'impression que l'aumône n'est pas une obligation. Aujourd'hui, donner l'aumône qui est, de fait, un devoir chrétien, est négligé. Même si certains d'entre nous, sommes riches, nous restons parfois indifférents et insensibles face à la souffrance et à la misère des pauvres en nous disant que c'est leur sort. Or notre richesse nous donne des responsabilités envers les autres. Les riches doivent partager avec les pauvres. C'est un devoir. C'est pourquoi Paul disait à Timothée, « *Quant aux riches de ce monde, ordonne-leur de ne pas céder à l'orgueil. Qu'ils mettent leur espérance non pas dans des richesses incertaines, mais en Dieu qui nous procure tout en abondance pour que nous en profitions. Qu'ils fassent du bien et deviennent riches du bien qu'ils font ; qu'ils donnent de bon cœur et sachent partager.* (1 Tm 6, 17-18). L'esprit de partage avec les autres était monnaie courante dans l'église primitive. Ceux qui avaient des possessions en abondance vendaient certaines d'entre elles pour donner l'aumône à ceux qui étaient dans le besoin (Ac 4, 34-35).

L'aumône ne nous rappelle pas seulement notre devoir et notre responsabilité envers les pauvres, elle est aussi une sorte de pénitence pour nos péchés. Elle nous purifie et sanctifie. Dans un monde consumériste, nous avons tendance à encombrer nos maisons de toutes sortes de choses que nous voulons, parfois inutiles. De même, notre vie intérieure est encombrée de beaucoup de choses inutiles. Nous surchargeons le bateau de notre vie qui n'est plus en mesure de nous conduire en mer. Cela alourdit également notre âme. On peut dire que ces excès

ou accumulations sont la source de notre malheur. L'aumône est le meilleur moyen spirituel pour se vider soi-même et se débarrasser de toutes cupidité, avidité, avarice et envie de vouloir toujours plus.
Cela dit, il faut souligner la manière ou l'intention avec laquelle nous faisons l'aumône. Jésus disait, « *Quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ne sache pas ce que fait ta main droite, afin que ton aumône se fasse en secret, et ton Père, qui voit dans le secret, te le rendra* » (Mt 6.3–4). On ne fait pas l'aumône pour devenir célèbre, pour montrer aux autres que nous sommes bons. On ne fait pas l'aumône non plus parce qu'elle est déductible des impôts. Nous faisons l'aumône par pur amour du prochain et de Dieu. Lorsque nous faisons l'aumône, nous devons la faire de manière discrète et désintéressée, c'est-à-dire, sans rien exiger en retour. De même, il faut la faire en respectant la dignité de l'autre, c'est-à-dire, sans lui donner l'impression que nous sommes supérieurs et lui inférieur. Enfin, nous devons la faire avec joie car Dieu aime celui qui donne joyeusement.

Après tout, qui que nous soyons, nous n'avons rien apporté dans ce monde à notre naissance et nous n'emporterons rien après notre mort. Soyons généreux envers les autres. Prions le Seigneur de nous apprendre non seulement à partager notre pain mais aussi à garder une part de nos biens pour la donner aux plus pauvres. Amen.

Ashok BODHANA s.j

2ème méditation : Le Jeûne

Jeûner, c'est se vider de soi-même, sortir de sa zone de confort pour se rapprocher de Dieu et de son prochain dans le besoin.

Une dame à qui on demandait ce qui la marque pendant carême a répondu, « le Carême est le meilleur moment pour moi pour perdre quelques kilos parce que je jeûne et fais un régime. Ça me fait beaucoup de bien parce que je garde ma ligne ». Probablement, sa réponse nous fera rire. On ne jeûne pas pour profiter uniquement des bienfaits de notre corps. Ou pour impressionner les autres. Jésus a d'ailleurs souligné que c'est une affaire privée entre Dieu et une personne (Mt 6, 16-18). On ne jeûne pas pour montrer que nous sommes meilleurs ou plus justes que les autres (Lc 18, 9-14). Ni uniquement par devoir religieux (Is 58, 5-7).

Le but de jeûne pendant le carême mérite d'être clarifié. Tout d'abord, le jeûne n'est ni un commandement ni une obligation. Jésus n'a pas demandé à ses disciples de jeûner à tout prix. A un moment précis, il dit à ces disciples, « ce genre de démon ne peut s'en aller, sinon par la prière et le jeûne » (Mt 17, 21). Autrement dit, dans certaines situations et domaines de la vie, des victoires ne seront obtenues que par le jeûne et la prière. En revanche, nous voyons que Jésus a jeûné et prié pendant 40 jours avant de commencer son ministère (Lc 4, 1-2). De même, dans l'Ancien Testament, nous voyons plusieurs cas où le jeûne est mentionné et mis en relief : « Moïse demeura sur le Sinaï avec le Seigneur quarante jours et quarante nuits ; il ne mangea pas de pain et ne but pas d'eau. Sur les tables de pierre, il écrivit les paroles de l'Alliance, les Dix Paroles (Ex 34, 28) ; Et maintenant – oracle du Seigneur – revenez à moi de tout votre cœur, dans le jeûne, les larmes et le deuil ! (Jl 2, 12) ; j'ai proclamé un jeûne afin de nous humilier devant notre Dieu, et de lui demander un heureux voyage, pour nous, pour nos enfants et pour tous nos biens (Es 8, 21)….
Le but du jeûne chrétien pendant le carême c'est d'abord et avant tout, se rapprocher de Dieu en se détachant de son égoïsme. En se privant du nécessaire, on se concentre sur Dieu qui est l'essentiel. Souvent, nous avons faim d'être vus, d'être les meilleurs, les plus intelligents, les plus beaux,

les êtres les plus grands, aimés, riches, célèbres. Le jeûne est un moyen pour montrer que nous nous repentons vraiment de nos péchés. C'est une sorte de nettoyage intérieur de notre cœur et de notre esprit, encombrés de choses qui nous éloignent de Dieu et des autres. Le jeûne nous rappelle combien il est important d'être simple et humble. La simplicité et l'humilité nous rendent comme des personnes de profonde liberté intérieure et de paix.

Jeûner n'est pas seulement un geste de pénitence pour plaire à Dieu. Quand je me prive de nourriture je pense aux autres, aux pauvres. Ainsi, le jeûne est intimement et étroitement lié au partage, à l'aumône. Autrement dit, le jeûne nous pousse à sortir de notre zone de confort pour aller les autres, vers une solidarité et un partage fraternel avec ceux qui ont besoin de notre aide.
Pour certains, le jeûne de nourriture est difficile pour des raisons de santé. Pour d'autres, n'importe quelle privation, de manière générale, est difficile et douloureuse. Mais ce qui compte le plus c'est de se demander de quoi suis-je dépendant ? De quoi ai-je vraiment besoin ? A cet égard, je vous encourage à jeter un coup d'œil sur les paroles précieuses du pape François sur le meilleur jeûne pendant le carême https://ndanges33.fr/le-jeune-du-pape-francois/

Enfin, privons-nous aussi de toutes sortes de distractions comme facebook, whatsapp, internet, le téléphone portable, des jeux de vidéo, etc. Pour pouvoir donner plus de temps à Dieu, à sa parole dans l'Ecriture. Rappelons-nous les paroles de Jésus, « L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu. » (Mt 4, 4).

Ashok BODHANA sj

1ère méditation: la Prière

Prier, c'est rester en alliance avec Dieu et renforcer cette

alliance

Permettez-moi, d'abord, de commencer par une petite anecdote. Un jour, un singe s'approche d'un sage et lui demande, « Maître, j'aimerais vraiment apprendre à prier et méditer comme vous. S'il vous plait, enseignez-moi à prier ». Le sage avec un petit sourire lui répond, « d'accord, mais tu dois traverser la première épreuve avant de franchir les autres étapes. C'est simple. Je mets ces deux bananes bien mûres devant toi. La règle, c'est que tu t'en fiches. Ferme tes yeux et concentre-toi sur ta respiration et récite ces mots « Seigneur, enseigne-moi ton chemin ». Le singe répond, « c'est aussi simple que cela. Je le fais tout de suite ». Au bout d'une minute, le singe sent l'odeur et l'arôme des bananes. Il se dit, « Waouh, quelle bonne odeur ! Ce n'est pas grave si j'ouvre mes yeux pour regarder ces fruits qui ont cet arôme ». Ensuite, le singe admire la couleur jaune resplendissante des bananes. Il se dit, « ce n'est pas grave si je les touche ». Après quelques instants, il se dit, « c'est génial, ces bananes sont bien mûres. Elles doivent être vraiment délicieuses ». Le singe épluche les bananes en toute hâte, les mange et part tranquillement en forêt.

Le message de cette histoire, c'est que prier n'est pas aussi facile que nous croyons. Nous connaissons tous plus ou moins ce que c'est que prier. Mais dans une culture du zapping avec une faible capacité d'attention et face aux attractions, distractions et tentations de ce monde, s'apaiser, se concentrer, prier et méditer semble difficile pour beaucoup. En outre, de fausses idées nous font croire que la prière est une affaire sérieuse, qu'elle n'est pas pour tous, que c'est une activité religieuse réservée aux moines, moniales, prêtres, religieuses. Passer mon temps à prier, c'est peut-être un gaspillage parce que rien ne s'y passe : j'aurais pu utiliser ce temps pour d'autres activités productives… A quoi bon prier quand mes demandes ne sont pas exaucées ? etc. Quoi qu'il en soit, il faut noter que même si la prière quotidienne

semble difficile, elle n'est pas impossible, nous pouvons toujours y parvenir avec un peu de discipline personnelle, l'aide des autres et par-dessous tout, avec la grâce de Dieu. Comme nous apprenons à parler, à nous exprimer, de même nous apprenons à prier. Même les apôtres ont demandé à Jésus de leur apprendre à prier. Cette humble demande est déjà est une sorte de prière.

Pour nous chrétiens, Jésus est le modèle et l'exemple parfait de la prière. À travers sa vie, il nous montre combien il est important de prier et d'être en contact quotidien avec Dieu, notre Père. Même si Jésus est Fils de Dieu, il puisait sa force dans des endroits déserts. « Mais lui se retirait dans les endroits déserts, et il priait (Lc 5, 16) ». Jésus priait **seul** (Mt 14, 23 ; Mc 1, 35 ; Lc 9, 18 ; Lc 22, 39-41), **en public** (Jn 11, 41-42 ; Jn 12, 27-30), **avant les repas** (Mt 26, 26 ; Mc 8, 6 ; Lc 24, 30 ; Jn 6, 11) ; **avant de prendre des décisions importantes** (Lc 6, 12-13) ; **pour accomplir la volonté de Dieu** (Mt 26, 36-44), **avant de guérir** (Mc 7, 34-35), **après la guérison** (Lc 5, 16). Et il a enseigné l'importance de la prière, « Tout ce que vous demanderez dans votre prière avec foi, vous l'obtiendrez » (Mt 21, 22), (Mc 11, 24-26 Mt 7, 7-11).

Nous n'aimons pas rater nos rencontres, nos rendez-vous et nos réunions avec nos amis. Nous préparons méticuleusement nos vacances d'été et les fêtes. Pourquoi, au cours de ce carême ne pas décider de prendre un rendez-vous quotidien avec Jésus à travers un type de prière ou en faisant une retraite ? Pourquoi ne pas prendre un temps de prière en famille avec nos enfants, en lisant la parole de Dieu et en adorant le Seigneur par des chants ? Si certains n'ont pas l'envie ou le désir de prier, pourquoi pas au moins, comme le dit Saint Ignace, demander d'avoir le « désir du désir pour prier » ?

Enfin, rappelons-nous qu'au cours de ce carême, nous avons choisi comme thème principal, « **sur les chemins de l'alliance** ». Lors de nos célébrations liturgiques dominicales voyons

comment les grandes figures bibliques comme Noé, Abraham, Isaac, Moïse, le roi Cyrus et le prophète Jérémie entrent, entretiennent, renouvellent et rétablissent l'alliance avec Dieu. D'ailleurs, il faut se rappeler que c'est toujours Dieu qui prend l'initiative, c'est Lui qui appelle et invite son peuple à établir une relation spéciale, intime, fidèle avec Lui. Cette notion d'alliance montre que notre Dieu est un Dieu de relation. Son grand désir, c'est que nous restions en alliance d'amour avec Lui à travers notre prière quotidienne. Dieu essaie toujours de nous communiquer un message important pour chacun d'entre nous. **Ecoutons-Le**. Profitons de ces quarante jours de carême pour fortifier notre relation intime, profonde avec Dieu en Lui accordant un peu de temps par notre prière personnelle et quotidienne.

Ashok BODHANA sj