



Carême 2026

Ayez confiance! Jésus nous conduit



Origine et sens du Carême

**Lectures bibliques du
Carême**

Lectures de l'année A

Thème: Ayez confiance!

Jésus nous conduit

Origine du Carême

Quelques sources bibliques

L'Ancien Testament atteste abondamment de la pratique du jeûne comme l'un des éléments constitutifs de la foi.



Origine du Carême

Quelques sources bibliques

L'Ancien Testament...

Lévitique 16, 29-34: Rite annuel de l'expiation (qui est à l'origine de Yom Kippour, fête du Grand Pardon).

Jonas 3, 5-10 : Les habitants de Ninive, du roi au peuple, se convertissent par le jeûne et la pénitence (cendres).

Joël 2, 12-14 : Le prophète lance au peuple un appel pressant à revenir à Dieu de tout cœur par le jeûne, les larmes et la pénitence, dans l'espérance de sa miséricorde (lu mercredi des cendres)

Esther 4, 17, Après la trahison d'Amane, Mardochée se couvre de cendres.

Quelques exemples bibliques

1 Rois 19 : Menacé de mort par la reine Jézabel, Élie s'enfuit dans le désert, découragé et épuisé. Il jeûne et prie pour mourir, mais Dieu envoie un ange lui apporter du pain et de l'eau, lui donnant la force de marcher quarante jours jusqu'au mont Horeb.

Les prophètes évoquent également la pratique du jeûne, mais ils lui donnent généralement un sens moins matériel, plus spirituel.

Conclusion dans l'AT

- Chez les Hébreux, la pratique du jeûne était très répandue, comme l'attestent les multiples références dans les livres bibliques. Il était d'ailleurs assez fréquent que, pour faire pénitence, les repentis jeûnent, se couvrent d'un sac en guise d'habits et se noircissent également de cendres (voir Jonas 7, 6 ; Jérémie 6, 26 ; Lamentations 2, 10 et 1 Rois 21, 27).
- Les Cendres évoquent un nouveau départ.

Quelques sources bibliques

- Les évangiles attestent également de la pratique du jeûne



Quelques sources bibliques

Les évangiles...

La Tentation de Jésus (décrite par les évangiles synoptiques Mt 4, 1-11; Mc 1, 12-13; Lc 4, 1-13).

Dans le Sermon sur la montagne, après avoir livré son enseignement sur la prière et l'aumône, Jésus parle de jeûne : Mt 6, 19-21 (lecture évangélique du mercredi des cendres).

Dans Mt 9, 15-18. Des pharisiens et des disciples de Jean le Baptiste (Mc 2, 18) s'étonnent que Jésus et ses disciples ne jeûnent pas.

Quelques sources bibliques

Les évangiles...

- ✓ Si Jésus lui-même a jeûné, il ne prescrit toutefois rien de ce genre à ses disciples. Il ne méprise pas le jeûne et ne veut pas l'abolir, mais il est venu, dit-il, l'accomplir (Mt 6, 19-21 – lu le mercredi des cendres).
- ✓ Jésus attire l'attention sur le risque de formalisme, que dénonçaient déjà les prophètes. Il met au contraire l'accent sur le détachement vis-à-vis des biens.
- ✓ Et pour lui, le vrai jeûne est celui de l'attente de l'Époux lorsqu'il sera enlevé

Quelques sources bibliques

- **Les Actes des Apôtres et les Épîtres font aussi mention du jeûne comme pratique chrétienne.**



Quelques sources bibliques

Les Actes des Apôtres et les épîtres...

Dans Actes 13, 2-3 et 14, 23, les disciples jeûnent avant d'envoyer Paul et Barnabé en mission, et de désigner des anciens dans les Églises. Le jeûne accompagne la prière et le discernement communautaire.

Dans 1 Corinthiens 7, 5, Paul associe jeûne et prière dans la vie conjugale.

En conclusion

- Le jeûne chrétien est inspiré du jeûne pratiqué dans la religion juive.
- Pour les premiers chrétiens, jeûner permet de se mettre dans une attitude d'ouverture totale à la grâce de Dieu.
- Ce qui deviendra pour nous le Carême trouve donc sa source dans les pratiques du jeûne dans la Bible (Ancien et Nouveau Testament) et dans les premières communautés chrétiennes

Le développement du Carême



Du 1^{er} au 3^e siècle

- Le Carême n'est pas encore organisé comme temps liturgique. Il faut rappeler que le christianisme est au début un mouvement, né de la foi en la résurrection de Jésus de Nazareth, qui se détache progressivement du judaïsme palestinien et se répand, surtout dans les milieux urbains au sein de l'Empire romain.
- Les chrétiens-nes observent un jeûne court, surtout les deux jours précédant Pâques (vendredi et samedi saints).

Du 1^{er} au 3^e siècle

Par ailleurs, d'autres pratiques se développent déjà, notamment la pénitence publique.

- Les pénitents publics étaient, à l'époque, des personnes reconnues comme ayant commis des fautes graves et publiques (apostasie, meurtre, adultère...). Ils étaient alors astreints à une «quarantaine» de pénitence, c'est-à-dire une période prolongée de conversion et de réparation

Du 1^{er} au 3^e siècle

Quelques témoignages

- Saint Justin (2^e siècle) écrit que les catéchumènes se préparaient au baptême par la prière et le jeûne, accompagnés par toute la communauté chrétienne.
- Vers la fin du 2^e siècle, saint Irénée, évêque de Lyon, mentionne un jeûne obligatoire, pour tout le monde, pour commémorer la mort du Christ, « l'Époux enlevé ».

À partir du 4^e siècle...

- 313 : Édit de Milan. L'empereur Constantin 1^{er} accorde la liberté de culte aux chrétiens. L'Église sort de la clandestinité.
- Fin des persécutions. Les chrétiens peuvent célébrer publiquement, bâtir des églises et s'organiser librement.
- La foi chrétienne se structure progressivement au fil des siècles. Les grands conciles, notamment celui de Concile de Nicée en 325 et Nicée-Constantinople (381), vont préciser le contenu de la foi et formuler plus clairement le Credo.
- L'organisation de la liturgie et de l'année chrétienne se met en place : le Carême, les grandes fêtes et des rites que nous connaissons encore.
- Essor du catéchuménat. Beaucoup demandent le baptême; la préparation devient plus longue et structurée.

À partir du 4^e siècle donc...

- Le Carême prend progressivement la forme de ce qu'il deviendra, à savoir quarante jours avant Pâques.
- Il ne débutait pas le mercredi des Cendres, mais le premier dimanche de Carême, et se prolongeait jusqu'au Jeudi saint, totalisant ainsi quarante jours. Au Concile de Nicée, les évêques décidèrent d'interdire le jeûne dominical, décision logique puisque le dimanche célèbre la Résurrection. Dès lors, le Carême commença le mercredi des Cendres, jour jusque-là consacré à l'entrée en pénitence des « pécheurs publics ».

À partir du 4^e siècle donc...

- C'est ainsi qu'on a commencé le Carême le mercredi des Cendres (qui, comme mentionné précédemment) marquait traditionnellement le début de la pénitence publique. Le matin du mercredi des Cendres, après avoir confessé leurs fautes aux prêtres, si celles-ci étaient graves et publiques, ces personnes recevaient un vêtement de pénitence (une sorte de loque rugueuse) recouvert de cendres.

Sens du Carême

- Pour comprendre véritablement le sens du Carême, il nous faut d'abord redécouvrir **ce que nous sommes aux yeux de Dieu** et **ce que signifie la Pâque**.

Sens du Carême

Six grandes convictions de notre foi

1. Nous croyons que nous ne sommes pas le fruit du hasard : nous venons de Dieu. Il nous a créés; il nous aime, et il a voulu un monde foncièrement bon et porteur de beauté, d'harmonie et de promesse (*Et Dieu vit tout ce qu'il avait fait, et voilà il était très bon – Genèse 1, 31; Car Dieu a tellement aimé le monde... Jean 3, 16*).

Sens du Carême

Six grandes convictions de notre foi

2. La création (le monde) a été blessée, et l'est encore, par le mal qui traverse le cœur humain. Le mal sous ses multiples formes (violence, injustice, orgueil, indifférence, convoitise, domination, atteinte à la création, consumérisme, banalisation de la vérité, culture du rejet de l'autre, etc.) a altéré l'œuvre bonne sortie des mains de Dieu.

Sens du Carême

Six grandes convictions de notre foi

3. Pourtant, le mal n'a pas le dernier mot. Dans son amour inépuisable, Dieu a envoyé son Fils pour relever l'humanité meurtrie. Par sa parole qui éclaire, par sa vie donnée, par son amour vécu jusqu'à la croix, par sa mort et sa résurrection (Pâques), le Christ a restauré l'humanité blessée et a également restauré en nous notre identité originelle d'enfants bien-aimés du Père.

Sens du Carême

Six grandes convictions de notre foi

4. La célébration pascale (sommet de l'année liturgique, cœur de la foi chrétienne) commémore (actualise) la restauration de l'humanité par la mort et la résurrection du Christ. Elle nous rappelle que nous sommes, nous aussi, invités à participer à l'œuvre de guérison et de restauration de l'humanité blessée.

Sens du Carême

Six grandes convictions de notre foi

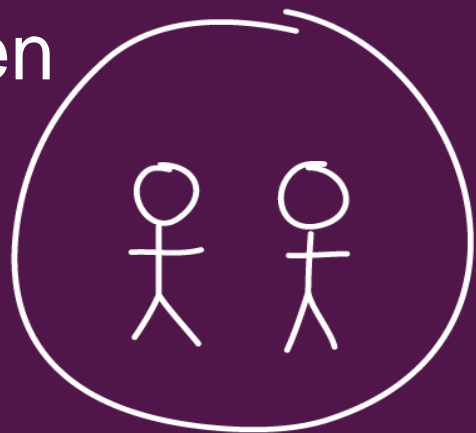
5. Par la pratique des sacrements, par les œuvres de charité, par notre engagement et par la prière... nous collaborons à l'œuvre de guérison de l'humanité blessée.

Sens du Carême

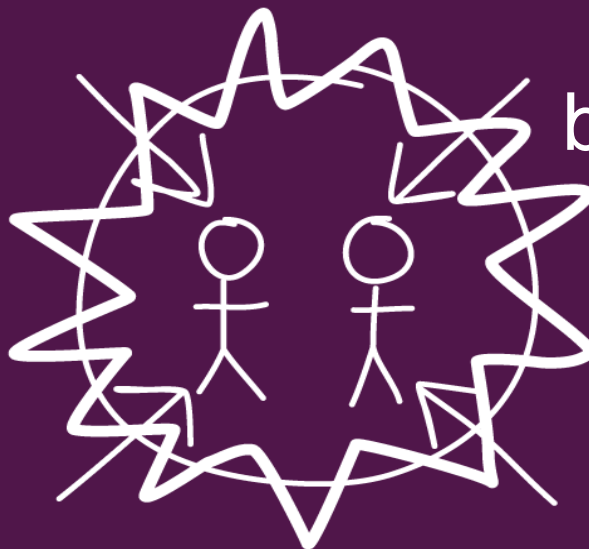
Six grandes convictions de notre foi

6. Le sens de Pâques ainsi compris, celui du Carême apparaît avec clarté : le Carême est un temps de préparation, un temps pour apprendre — ou réapprendre — à choisir la vie et le bonheur (Deutéronome 30, 15-20) ; pour apprendre à marcher à la suite du Christ, à prendre notre croix et à le suivre (Luc 9, 22-25). NB: Ces deux textes sont lus le jeudi qui suit le mercredi des cendres.

créé pour le bien



blessé par le mal



envoyés ensemble
pour guérir



restauré pour
le meilleur



**Comment sont
organisées les lectures
du Carême?**

Comment sont organisées les lectures du Carême

Qu'est-ce qu'une année liturgique ?

- C'est le temps durant lequel les chrétiens sont invités à (re)vivre l'ensemble de l'histoire du salut.
- Le temps liturgique rythme l'année à partir des événements marquants de la vie du Christ: sa mort et sa résurrection (Pâques), sa naissance (Noël), son ascension, le don de l'Esprit (Pentecôte). Les fêtes du Christ, fêtes de saints et saintes, temps ordinaire.

Pour approfondir la compréhension de l'année liturgique et l'organisation des lectures, lire Normand Bonneau, *Le lectionnaire dominical : parole ritualisée, modèle pascal*, Novalis/Cerf, édition 2023.

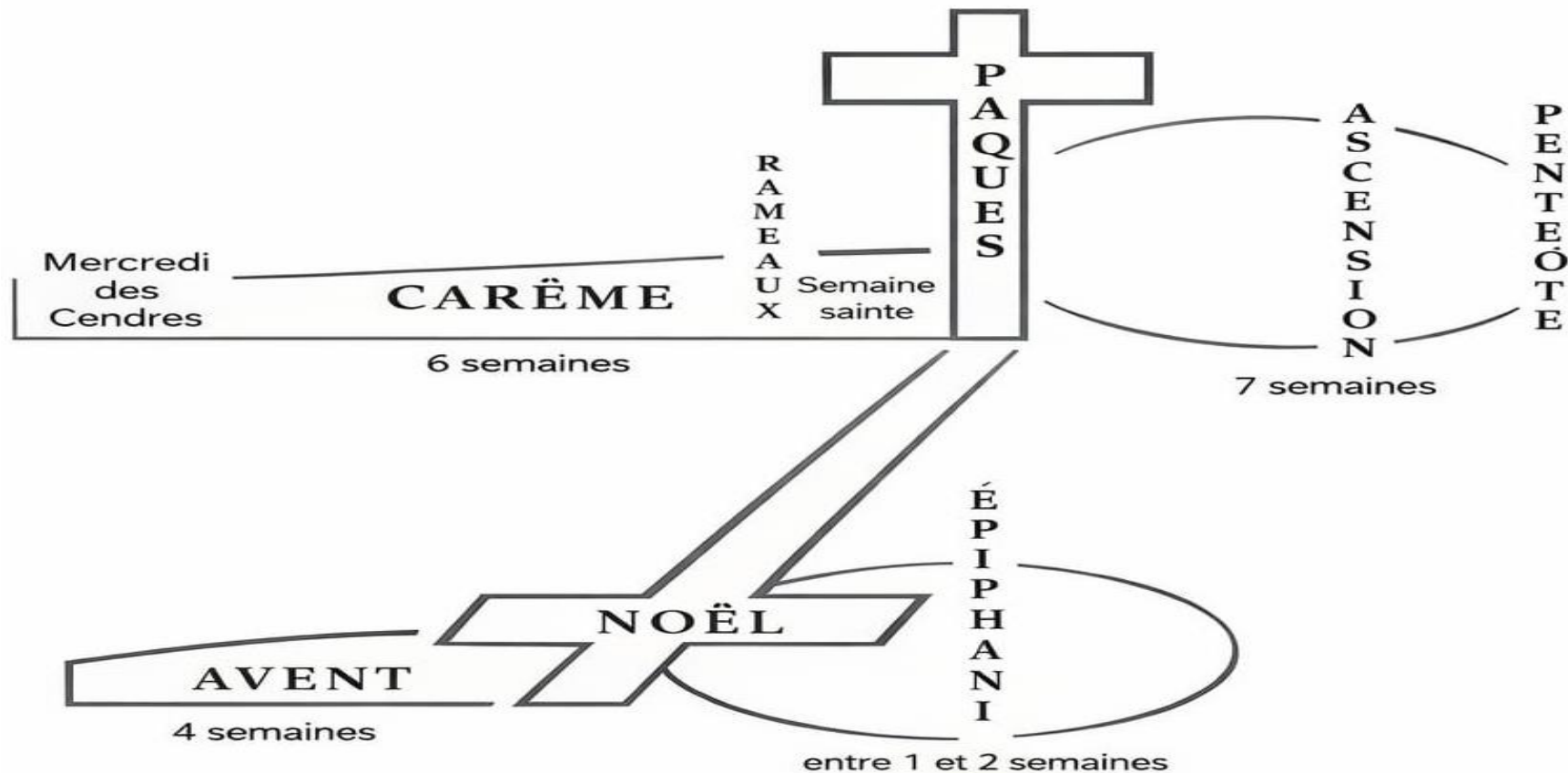
Comment sont organisées les lectures du Carême

Qu'est-ce qu'une année liturgique ?

- Le temps liturgique appelle les chrétiens et les chrétiennes à reconnaître et à accueillir la présence de Dieu dans leur vie quotidienne et à demeurer orientés vers l'avènement de son Royaume.
- La liturgie est l'espace où se manifeste et s'accomplit le mystère du Christ.

Le temps liturgique est organisé autour de deux pôles: Pâques et Noël

Un temps de préparation • Une fête • Un développement



Comment sont organisées les lectures du Carême

Le temps ordinaire est

- Le reste du temps liturgique qui ne fait pas partie de l'Avent, de Noël, du Carême ou de Pâques. Il se divise en deux périodes : après le temps de Noël jusqu'au début du Carême. Après le temps pascal jusqu'au début de l'Avent.
- Il est rythmé par des célébrations qui mettent en lumière différents aspects du mystère de Dieu et de la vie ou de la mission du Christ : le Sacré-Cœur, la Présentation du Seigneur au Temple, le Corps et le Sang du Christ, la Croix glorieuse, la Trinité...
- Il est également marqué par les fêtes mariales — l'Immaculée Conception, l'Annonciation, Marie, Mère de Dieu, l'Assomption, etc.
- Ainsi que par les fêtes des saints et des saintes.

Comment sont organisées les lectures du Carême

Les premières lectures

- Les premières lectures, toutes tirées de l'AT, se réfèrent à l'histoire du salut (thème fondamental de la catéchèse de Carême). Elles évoquent les étapes de l'histoire du salut, de l'origine à la promesse de la nouvelle alliance.
- Les deuxièmes lectures ont été choisies en correspondance avec les deux autres lectures, souvent de manière à assurer le lien entre elles.

Comment sont organisées les lectures du Carême

- **Pour l'Évangile, aux deux premiers dimanches, on lit les récits traditionnels de la Tentation et de la Transfiguration. Ils présentent un avant-goût du mystère de la passion et de la résurrection.**
 - Le premier épisode, celui des tentations, met en lumière le combat à mener, en écho à la Passion.
 - Le deuxième, celui de la Transfiguration, en révèle déjà l'issue, annonçant la Résurrection.

Comment sont organisées les lectures du Carême

Pour l'année B, à partir du 3^e dimanche, on lit les textes de l'Évangile de Jean annonçant la glorification du Christ par la croix et la résurrection (l'accent porte sur le mystère pascal du Christ).

- 3^e : purification du temple - annonçant la mort et la résurrection du Christ;
- 4^e : ainsi faut-il que le Fils de l'homme soit élevé;
- 5^e : l'heure est venue où le Fils de l'homme doit être glorifié).

Comment sont organisées les lectures du Carême

Pour l'année C, à partir du 3^e dimanche, on lit les textes évangéliques qui portent sur la pénitence et la conversion (Luc et Jean).

- 3^e : « Pensez-vous qu'ils étaient plus pécheurs que les autres ? Mais si vous ne vous convertissez pas... »;
- 4^e : La parabole du fils prodigue (ou du père miséricordieux);
- 5^e : Jésus et la femme pardonnée (femme adultère; pardon et conversion).

Comment sont organisées les lectures du Carême

Les premières lectures de l'année A (les alliances originelles)

- 1^{er} dimanche : création et péchés de nos premiers parents
- 2^e dimanche : promesses de Dieu à Abraham
- 3^e au 5^e dimanche : l'histoire du peuple de Dieu
 - 3^e dimanche : Moïse (Donne-nous à boire) ...[la Samaritaine](#)
 - 4^e dimanche : David reçoit l'onction (Dieu ne regarde pas l'apparence)... [l'aveugle de naissance](#).
 - 5^e dimanche : prédication des prophètes « J'ouvrirai vos tombeaux (Ézékiel)...[la résurrection de Lazare](#)

Comment sont organisées les lectures du Carême

Les deuxièmes lectures A

- 1^{er} dimanche : «... Par un seul homme, le péché est entré dans le monde.» (Romains 5, 12);
- 2^e dimanche : «... Appelés pour une vocation sainte) (2 Tm 1,);
- 3^e dimanche : « L'amour de Dieu a été répandu dans nos cœurs par l'Esprit Saint... » (Romains 5, 5);
- 4^e dimanche : «Relève-toi d'entre les morts et le Christ t'illuminera...» (Éphésiens 5, 14);
- 5^e dimanche : « L'esprit de celui qui ressuscitera Jésus habite en vous » (Romains 8, 11).

Comment sont organisées les lectures du Carême

Vue d'ensemble des évangiles de l'année A (1^{er}, 2^e, 3^e, 4^e et 5^e)

- Les récits de la Tentation et de la Transfiguration rappellent les deux facettes inséparables du mystère pascal, à savoir d'une part la croix, d'autre part la résurrection.
- Tous les récits présentent le Christ comme le vainqueur du mal (Tentation), le glorifié (Transfiguration), l'Eau Vive (Samaritaine), la Lumière (aveugle guéri) et la Résurrection (Lazare).

Comment sont organisées les lectures du Carême

| | |
|---------------------------|--|
| 1 ^{res} lectures | Sous le signe de la promesse |
| 2 ^{es} lectures | nous ... vivons notre baptême... |
| Évangiles ... | comme une plongée dans la mort et la résurrection du Christ. |

Thème du Carême 2026

Ayez confiance! Jésus
nous conduit



Thème du Carême 2026

Origine du thème

- Nous vivons à une époque de post-vérité : les faits et la vérité objective sont souvent ignorés ou remis en question. Les opinions, les émotions ou les intérêts personnels ont parfois plus d'influence que la réalité.
- On parle même et de plus en plus de post-humanisme: on s'interroge sur l'avenir de l'humanité dans un monde où la technologie, l'écologie et les nouvelles formes d'intelligence redéfinissent ce que signifie être humain.

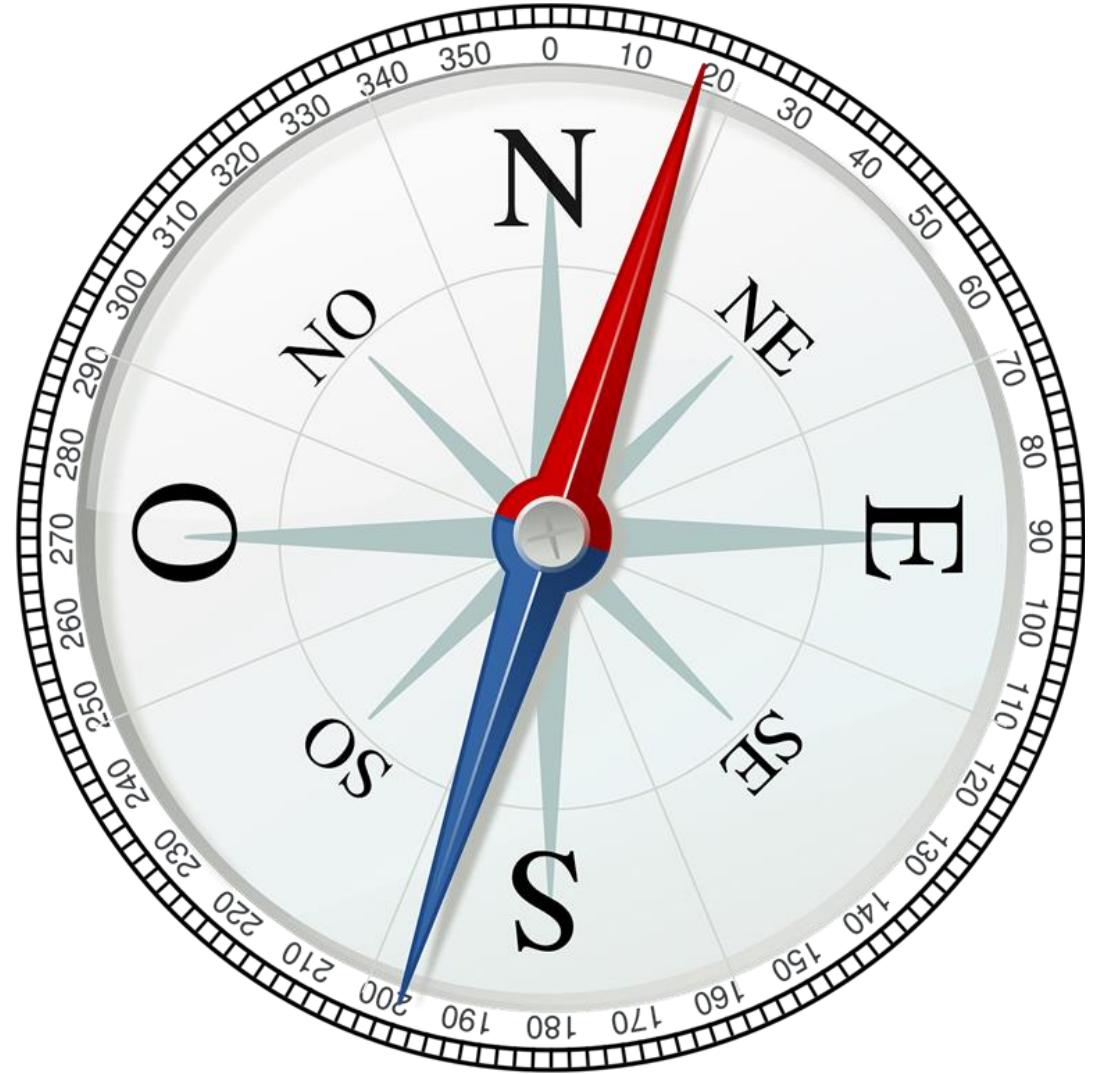
Thème du Carême 2026

Origine du thème

- On doute des médias, des institutions et des informations fiables, ce qui rend plus difficile de savoir ce qui est vrai.
- On observe un déficit de vérité, crise sociale, géopolitique, inflation, guerres, solitude accrue.
- Les communautés chrétiennes font face à des ressources en diminution, mais observent aussi des pousses encourageantes : catéchumènes, cheminements hors baptême.

Thème du Carême 2026

- Face à ce paysage, le thème de la confiance a émergé comme une boussole. Jésus est notre confiance.



Thème du Carême 2026

Origine du thème

De là est sorti le thème principal : *Ayez confiance!* Avec des sous- thèmes pour l'Avent, Noël, Carême et temps pascal

- ✓ **Avent 2025** : « **Ayez confiance ! Le Seigneur vient** »
- ✓ **Noël 2025-2026** : « **Ayez confiance ! Dieu tient promesse** »
- ✓ **Carême 2026** : « **Ayez confiance ! Jésus nous conduit** »
- ✓ **Pâques 2026** : « **Ayez confiance ! Il est vivant** »

Thème du Carême 2026

La confiance...

- est au cœur de la vie. Croire, c'est se fier à quelqu'un.



Thème du Carême 2026

La confiance...

- La confiance commence dès l'enfance, lorsque l'enfant apprend à se tourner vers ses parents et à s'ouvrir au monde.
- La confiance engage toute la personne et lui permet de grandir individuellement et collectivement.

Thème du Carême 2026

La confiance...

- Dire « j'ai confiance » implique une relation personnelle où l'on se confie à l'autre.
- La confiance fonde notre capacité à aimer et à agir avec responsabilité dans le monde.

Thème du Carême 2026

Observation... Un Carême de plus en plus à la carte

- Jadis, le Carême était encadré par des règles strictes (jeûne, abstinence, prières et œuvres de charité), aujourd'hui, il se vit souvent de manière plus flexible qu'autrefois.
- On parle même de « Carême à la carte » : chacun, chacune peut adapter son jeûne, sa prière, ses engagements (son chemin de conversion) selon ses capacités, ses besoins et ses envies.

Thème du Carême 2026

En même temps...

- On observe, notamment sur les réseaux sociaux et particulièrement chez les jeunes, une attention croissante portée à la dimension de privation, avec un jeûne strict.
- La pratique du jeûne, longtemps jugée trop doloriste, connaît une résurgence sous de nouvelles formes. Ainsi on voit se développer au-delà du jeûne traditionnel de la nourriture, le « jeûne pour la terre », le « jeûne de réseaux sociaux », le « jeûne de la parole », etc.
- Le carême est alors vu comme un temps astreignant et ardu.

Thème du Carême 2026

Le Carême ne se réduit pas au jeûne et aux privations

Le risque de se concentrer uniquement sur les privations est double :

- d'une part, de tomber dans le formalisme et la routine de pratiques prévisibles ;
- d'autre part, de réduire ce temps liturgique à une somme d'exercices pieux à accomplir d'un air contrit.

Thème du Carême 2026

Jésus nous conduit...

- Le chemin du Carême est un chemin de rencontre et de conversion
- De rencontre de Dieu, non pas comme nous croyons le connaître, mais tel qu'il veut se donner à nous
- C'est un temps pour apprendre à se laisser conduire par le Christ
- Ainsi nos privations, nos prières et nos aumônes ne seront plus des efforts pour nous attirer de bonnes grâces
- Ils seront des signes visibles de son amour

Thème du Carême 2026

Jésus nous conduit...

- Pendant ce Carême, nous méditerons des récits de rencontres bouleversantes de Jésus (avec la Samaritaine, l'aveugle-né et Lazare) comme autant d'invitations à redécouvrir la grâce de notre baptême et à entendre ses résonnances dans notre vie aujourd'hui.
- Du désert où il résiste aux tentations, à la transfiguration qui révèle sa gloire, jusqu'à ces rencontres, Jésus nous montre comment Dieu nous touche dans nos combats, nos soifs, nos ténèbres et nos morts.

Thème du Carême 2026

Jésus nous conduit...

- Pendant ce temps de Carême, il est réconfortant de savoir que nous ne marchons pas seuls et que tout ne dépend pas de nos efforts. Jésus chemine avec nous et guide chacun de nos pas.
- Le mercredi des Cendres, nous recevons la cendre sur notre tête ; que de ces cendres jaillisse le feu de Pâques, lumière et vie renouvelées.

Thème du Carême 2026

Jésus nous conduit...

Les lectures évangéliques offrent quelques repères pour mieux reconnaître la présence du Christ pendant ce Carême: Parole, Écoute, Eau vive, Lumière, Résurrection et vie

