

**Careme de L'esperance...**

**C'est L'heure de choisir**



**Retraite mars 2025**

**Formation et spiritualité**

PROVINCE DE NOTRE-DAME DU PILIER

Une fois que nous avons identifié les braises sur lesquelles souffler, nous construisons avec nos mains cet espace sûr, sous la forme d'une cavité accueillante, où nous abritons et protégeons la flamme discrète, une lueur profonde, une manifestation lumineuse de joie et du désir de vivre.

Ce n'est pas une mauvaise image d'affronter le Carême, mais plutôt une intuition juste qui veut affronter les temps turbulents. Jouer avec nos mains, en répétant la meilleure posture, celle qui ne laisse pas la mèche hésitante s'éteindre, celle qui permet juste ce qu'il faut pour qu'elle appelle la danse libre, dessine des formes impossibles et se tortille gracieusement dans nos mains... sachant que ce ne sont pas les mains qui sont les protagonistes, mais la lumière qu'elles abritent, la lumière qui indique une fin absolument resplendissante et, bien que connue, sûre de l'émerveillement et de la vérité.

*“La joie d'être ici, de pouvoir respirer, de faire partie de ce réseau d'ombres et de lumières n'est pas toujours présentée dans les éclairs de joie évidents. Il y a de nombreux tons intermédiaires dans lesquels l'hymne est entendu: des seuils cachés, de petits moments où la vie se révèle à nous dans sa gratuité nue. Il y a un bonheur calme dans le fait d'exister, une fête tranquille qui nous accueille.”<sup>1</sup>*

En ce Carême jubilaire, nous accueillons l'invitation à contempler et à découvrir les invitations mystérieuses qui, revêtues de crise, nous conduisent inéluctablement à la Vie. Et le plaisir, c'est de reconnaître les nuances, les difficultés, les demi-réponses, les changements d'opinion et bien sûr, les erreurs, qui nous enlèvent le coup le moins précis, le geste inopportun et l'attitude la plus inconsciente. Allons-y, c'est l'heure des détails...

---

<sup>1</sup> V. Herrero

## CHOISISSEZ ET VOUS VIVREZ

***Aujourd'hui, je mets devant toi la vie et la mort, le bien et le mal, choisis ce qui est bon et tu vivras (Dt 30, 15-20).***

Le Carême nous donne la possibilité de regarder dans les yeux cette période étrange et de nous demander si nous n'acceptons pas de vivre dans une crise d'espérance: *nous voulons la paix et il n'y a pas de bien-être, un temps de guérison et de peur se produit (Jr 14, 19).*

C'est la conséquence de l'accumulation des déceptions: qui finit par désespérer des personnes, des choses qui arrivent, des opportunités, de ce qui est différent, de l'avenir... finir par ne croire qu'en soi et en ses quelques circonstances. Et au nom de Dieu, nous pouvons laisser Dieu dehors, en renonçant à une plénitude qui nous vient de "l'Autre », donc don et grâce, qu'elle ne peut être que reçue, attendue, attendue, soutenue et désirée. *Combien j'ai désiré célébrer ce repas avec vous! (cf. Lc 22, 15).*

*«Parce que l'espérance est pour ceux qui n'ont pas de pénombre ; pour ceux qui en ont besoin pour vivre, et dans ces situations où elle seule peut donner des raisons d'aller de l'avant. Ceux qui sont installés et sauvegardés n'en ont pas besoin. L'espérance se révèle par contraste: elle campe là où elle n'est pas cherchée, là où on l'attend le moins, dans les périphéries et dans les rumeurs des victimes, parce que ce qui est caché aux satisfaits est révélé à ceux qui sont effondrés.»<sup>2</sup>*

L'espoir, courageux, fait taire la bouche de ceux qui s'autorisent le luxe de vivre sans avoir besoin de Transcendance, de ceux qui meurent chaque jour bourrés d'orgueil et d'arrogance. Elle fait son chemin dans notre possibilité de choisir: une op-

---

<sup>2</sup> J. García Roca

tion, une décision à prendre, quelque chose à affronter... Choisir le mot juste, le regard juste, le geste spontané qui déclenche la vie, le choix qui rend digne, le silence qui accompagne, s'investir dans un moment de rencontre partagé qui déclenche la fraternité. Chaque jour est un choix entre la vie et la mort, entre le bien et le mal... choisissez l'espérance, même pendant le Carême... vous vivrez!

---

Contemplez ce temps qui n'est ni angoissant ni vide de raisons de marcher, au contraire, il est plein d'opportunités pour une plus grande fidélité et plus de bonheur, plein de possibilités, d'approches diverses, de directions illimitées et de choix gagnants:

- *Regardez le ciel ; Comptez les étoiles, si vous le pouvez. Et il dit: "Ta postérité sera ainsi. » Abram a cru au Seigneur et a été compté à son crédit (Genèse 15:5-6).*
- *Le Seigneur nous a fait sortir d'Égypte d'une main forte et d'un bras étendu, au milieu d'une grande terreur, avec des signes et des prodiges. Il nous a amenés en ce lieu, et nous a donné ce pays, un pays où coulent le lait et le miel (Dt 26:8-10)*
- *Maintenant, mes yeux seront ouverts et mes oreilles attentives à la prière en ce lieu ; car maintenant j'ai choisi et sanctifié cette maison, afin que mon nom y soit pour toujours ; et mes yeux et mon cœur y seront pour toujours (2 Ch 7,15)*
- *Ce qui a été, est déjà ; et ce qui doit être, a déjà été ; et Dieu restaure ce qui a disparu (Ecclésiaste 3,15)*
- *Voici, et tu seras rayonnant, ton visage n'aura pas honte. Les affligés invoquaient le Seigneur, il les écoutait et les sauvait de leurs détresses (Ps 33,6-7)*
- *L'Écriture dit: Celui qui croit en lui ne sera pas déçu (Rom 10,11)*

Choisissez vos propres citations de la Parole, celles qui vous donnent la vie.

---

## LAISSEZ-VOUS GUIDER PAR LA VÉRITÉ

“Le contraire de la tristesse est la réalité », <sup>3</sup> c'est pourquoi nous devons faire de ce Carême un temps de vérité si nous voulons que la joie accompagne ce voyage. L'invitation à réduire les ornements, à alléger les liturgies, à faire taire le brouhaha, à rechercher la sobriété, parle plus de nous dépouiller des apparences, que de renoncements étranges et de jeûnes engagés. Le bonheur nu que nous propose ce temps est d'aiguïser les sens et en vérité, de retrouver quelque chose (autant que nous le pouvons), de ce premier amour...

*L'ange écrit à l'Église d'Éphèse: Voici ce que dit celui qui a les sept étoiles dans sa main droite et qui marche au milieu des sept chandeliers d'or:*

*-Je connais vos œuvres, vos efforts et votre intégrité. Je sais que tu ne supportes pas les méchants, que tu as éprouvé ceux qui se disent apôtres sans être apôtres et que tu les as trouvés menteurs. Vous êtes intègres et vous avez souffert pour mon nom sans abandonner. Mais je dois vous reprocher d'avoir d'abord laissé l'amour refroidir. Souviens-toi donc où tu es tombé ; Changez d'attitude et revenez à votre premier comportement. Si vous ne le faites pas, si vous ne vous convertissez pas, je viendrai à vous et j'arracherai votre chandelier de son poteau. Mais tu as ceci en ta faveur: comme moi, tu as en horreur les œuvres des Nicolaites.*

*Que celui qui a des oreilles écoute ce que l'Esprit dit aux Églises. Au vainqueur, je donnerai à manger de l'arbre de vie, qui est dans le paradis de Dieu. (Apocalypse 2,1-7)*

Vous êtes connus jusqu'à la dernière fibre de votre être, il n'y a rien de caché à celui qui marche au milieu du labyrinthe de vos

---

<sup>3</sup> Simone Weil

pensées, émotions, sentiments, motivations, réactions et façons de procéder<sup>4</sup>.

Votre courage, votre honnêteté, votre audace, votre droiture, votre force d'âme, la limite de votre patience... Rien n'échappe à Celui qui vous contemple et vous désire jour et nuit. Si vous marchez ou vous reposez, si vous montez vers le ciel ou si vous en volez jusqu'au bout de la mer, c'est là qu'il vous trouve, qu'il vous enveloppe et vous soutient. Parce que de loin, il pénètre vos pensées et connaît vos paroles presque sans les prononcer.

Abandonnez-vous à ce regard qui ne vous interroge pas, parce qu'il sait et comprend tout de vous. Reposez-vous dans ce regard qui vous aime, dans la nudité de votre essence et qui ne vous interroge pas, qui ne fait que vous régénérer, qui donne à votre flux circulatoire l'oxygène, la force, la vitesse et la température nécessaires pour répondre en tout amour à ce *regard aimant*.

Souviens-toi et souviens-toi de cette tendresse chaleureuse qui t'a conduite dans un autre temps, de cette prose ou de ce vers oublié dans un vieux cahier de réflexions, de cette étincelle capable de rendre ton cœur rouge et qui peut dormir le sommeil de la dureté du temps et de la vie.

Ravive en toi le feu qui n'est pas consumé.

- Cela n'éteint pas les initiatives des autres, plutôt il les dynamise.
- qui n'étouffe pas le cri dans la gorge, mais le canalise, le baigne dans une force nouvelle et libératrice.
- Cela n'oublie pas les déshérités de la terre, mais met en eux l'espoir d'un avenir commun.

---

<sup>4</sup> Cf. Retiro 2009. Prov. NSP.

- qui ne se laisse pas submerger par la peur et le désir de se battre, mais qui cherche la paix avec ses proches et prie le dialogue pour ceux qui sont loin.

Ravivez en vous le feu de l'amour sincère et passionné, du premier amour pour lequel vous avez été créés et qu'en l'oubliant vous avez permis que tant des réalités, des relations et des manières se refroidissent...

Peut-être que vos efforts, votre intégrité, votre dévouement... Ils ont perdu leur proximité et leur chaleur. Peut-être vous vous permettez une certaine rigidité et une certaine froideur dans vos relations, même avec vous-même, une certaine indifférence et une certaine dureté dans votre perception de la Communauté, de la Congrégation, du monde...

---

Ravivez en vous le feu du premier amour, de l'amour passionné et sincère, en toute circonstance, en tout événement, devant chaque personne... entre fermeté et tendresse... entre le bon et le meilleur.

- *Que le désir de Dieu émerge en vous, où que vous soyez, qu'il soit une bénédiction pour ceux qui vous croisent, car vous êtes profondément aimées et vous aussi choisissez d'aimer.*
- *Il soutient et pousse de l'intérieur tout ce qui est nouveau, tout ce qui grandit, tout ce qui est bon et positif qui est en chaque personne, dans chaque situation, dans ce qui se passe, dans tous les coins du monde.*
- *Il croit que rien n'est impossible de Lui, que rien n'est perdu ou épuisé.*

---

Connu au plus profond de ton être, rien n'est inconnu à celui qui a formé ton sein et t'a tissé dans le sein de ton sein, *même les cheveux de ta tête sont comptés (Mt 10, 30)*. Rien n'échappe à Sa Présence: vos dons et vos limites, vos joies et

vos souffrances, vos succès et vos échecs, vos espoirs et vos frustrations, vos tentatives...

Il vous abandonne à nouveau à ce regard qui ne vous interroge pas et qui, au présent, il ne veut que vous retenir derrière et devant.

Ne vous laissez pas intimider par les difficultés de la vie quotidienne, par les pressions quotidiennes, par les tensions fréquentes, par l'atmosphère tendue, par les injustices de la société. Il est le premier et le dernier mot de l'histoire. En lui, vous êtes appelés à vivre, il vient pour que vous ayez la vie en abondance (Jn 10, 10) et vous vous engagez à engendrer la vie, à rendre la vie plus facile, à travailler pour tout ce qui rend digne la vie des gens.

Ne vous laissez pas séduire par ceux qui cherchent à opposer justice et fidélité, rappelez-vous que *la justice et la paix s'embrassent, que la fidélité naît de la terre et que la justice apparaîtra du ciel, que la justice marchera devant elle et que la justice suivra ses traces (Ps 84, 11-12.14).*

---

Restez. Résistez. Soyez fidèles. Misez sur la vie:

- *Nommez vos faiblesses, vos limites et votre pauvreté. Reconnaissez votre tribulation, ce qui vous fait souffrir, ce qui vous empêche de dormir la nuit, ce qui vous inquiète, ce qui vous fait réserver et ne vous laisse pas vous donner complètement.*
  - *Nommez aussi votre richesse, vos forces, vos certitudes, vos possibilités, ce qui vous fait plaisir, ce qui encourage vos rêves et vos espoirs, ce qui encourage votre générosité, ce qui vous fait résister, rester, être fidèle.*
  - *Il croit que Lui a tout créé pour porter du fruit.*
-



## QU'ATTENDONS-NOUS DE CE CAREME ?

*“Dieu est le fondement de l'espérance ; mais pas n'importe quel dieu, mais le Dieu qui a un visage humain et qui nous a aimées jusqu'à la fin, chacun en particulier et l'humanité dans son ensemble. Son royaume n'est pas une vie après la mort imaginaire, située dans un avenir qui n'arrive jamais ; Son royaume est présent là où il est aimé et où son amour nous atteint. Seul son amour nous donne la possibilité de persévérer jour après jour en toute sobriété, sans perdre l'élan de l'espérance, dans un monde qui, par nature, est imparfait.”<sup>5</sup>*

Et à ce stade, nous nous demandons: **Qu'attendons-nous ?** C'est peut-être la question principale de ce temps de discernement, de ce Carême joyeux particulier, car ce n'est qu'avec l'espérance que l'on peut vivre, travailler et maintenir la dignité, éclairer, être solidaire, parler du Salut... Sans l'espérance, notre fragilité et le sort des plus faibles seront toujours entre les mains des tyrans du jour.

Nous attendons alors que quelqu'un nous annonce une nouvelle d'espérance, sortons dans la rue, ou regardons à la maison cette sœur avec qui j'ai des difficultés, et disons-lui que nous sommes dans le Carême de l'Espérance, que nous attendons Quelqu'un, que nous marchons dans une confiance absolue, que nous montrons Dieu. Un Dieu qui nous décentre, qui nous fait passer de notre moi en attente à l'Attendu, qui a créé une nouvelle dynamique de Rencontre et de Salut dans lesquels, c'est Lui qui attend beaucoup de nous.

Le lieu où Dieu rêve de nous, c'est la vie fraternelle, pour nous sœurs, vécue en communauté, en permettant, à «l'amour

---

<sup>5</sup> SpS, 31

d'abord». de renouveler aussi l'espérance de la vocation. Ravivez le don de Dieu au cours de la journée avec vos sœurs, avec lesquelles vous formez ce groupe de disciples qui ont tout quitté pour le suivre: consolations, exigences, excuses, neveux. Partir et accueillir une existence commune, vivre sous l'universalité du don, faire place au désir essentiel, le laisser parler au cœur.

---

Allez dans le désert, profitez de ce qu'il vous offre:

**Le jeûne: se priver, renoncer...**

Matthieu 12,1-8

*Ne mettez pas de mots amers ou excessivement épicés dans votre assiette, ni de commentaires indigestes. Le jeûne de ce que vous connaissez bien n'a pas sa place à une table partagée (ou vous devrez avaler ce que vous savez ne pas bien passer). Ne vous enivrez pas, profitez-en pour jeûner.*

**L'aumône: donner, donner...**

Mc 7, 24-30

*Et ce n'est pas ce que je donne ou ce que je fais... c'est comment je donne ou comment je le fais. Il partage le chemin des petits, des déshérités, des exclus de notre terre, il travaille pour la dignité, pour des causes justes, pour la paix, il pousse l'histoire pour que ce qu'il y a, en elle, d'ombre, d'injustice, de mort se transforme en une cascade de vie et d'espérance.*

**Prière: priez pour vos blessures...**

Lc 17, 11-19

*Que la gratitude soit l'encens qui imprègne tout, cet arôme invisible qui s'installe au creux de l'estomac. Priez en solitude, priez en communauté, priez dans la rue, priez en riant (ou en pleurant), priez en dormant.*

---

---

## **PRIERE**

*Tous les matins  
Je vais plonger en Toi,  
l'eau de vie,  
avant d'être un verre,  
nutrition dans le sillon,  
le jeu à la source,  
Calme sur le lac.*

*Tous les matins  
Je vais me concentrer sur Toi,  
Parole du Père,  
Avant que je ne me murmure à  
l'oreille  
discours en classe,  
annonce dans le vent,  
silence dans l'écoute.*

*Tous les matins  
Je m'orienterai vers Toi,  
chemin du Royaume,  
Avant d'être dépassé dans la rue,  
itinéraire à la frontière,  
pause dans l'attente,  
Sautez dans les airs.*

*Tous les matins  
Je me reposerai en Toi  
la sagesse incarnée,  
Avant d'être  
l'éveil dans le sommeil,  
flèche dans l'arc,  
suture dans la plaie,  
fatigue dans la main.*

*Tous les matins  
Je vais te regarder  
image du Père,  
Avant d'être  
la joie sur le visage,  
la force dans les bras,  
caresse dans les yeux,  
De la lumière dans la boue.*

(B. González Buelta)

♪ **Notre lieu – RUAH** [Cliquez ici]



PROVINCIA  
NUESTRA  
SEÑORA  
DEL PILAR

---

Formación y  
Espiritualidad

HNAS. de la CARIDAD de SANTA ANA