



VIVRE UN CARÊME ÉCOLOGIQUE

Le Carême est un temps propice pour vivre un temps de conversion écologique, en nous laissant appeler en profondeur à un changement à la fois dans notre attitude intérieure et dans nos habitudes de vie.

ENJEUX

> UN ENJEU DE CONVERSION INTÉRIEURE

- En profondeur, la transition écologique est indissociable d'un **changement d'attitude intérieure**, qui est le moteur de l'évolution de nos gestes concrets. C'est pourquoi on peut parler de **conversion écologique**.
- Cette conversion écologique consiste à changer de paradigme, à **changer de vision du monde**. Il s'agit de passer d'une vision du monde comme machine à la vision d'un monde comme tissu vivant, tressé de **4 relations fondamentales : à Dieu, aux autres, à la Création, à soi-même**. L'invitation nous est faite de trouver notre vocation propre dans la Création, sous le regard aimant du Créateur. Vocation d'intendant, de **jardinier-serviteur** et de prêtre de la Création ; vocation à prendre soin de ces quatre relations fondamentales.

> UN TEMPS FAVORABLE

- Puisque l'écologie intégrale est d'abord un enjeu de conversion, le Carême peut être **un temps favorable pour s'engager sur ce chemin**, ou pour y faire un pas de plus.
- Cette période qui nous est donnée pour **nous disposer à nous faire « un cœur nouveau et un esprit nouveau »** (Ézéchiel 18, 31) peut être un bon moment pour ouvrir notre cœur à un amour pour nos frères et pour les autres créatures, qui nous pousse à changer nos habitudes. Ce temps peut aussi nous aider à ouvrir notre esprit à une nouvelle compréhension de la crise écologique en cours, et à un consentement à ce que cela vient remettre en cause dans nos croyances et nos manières de faire.
- Tout cela peut venir **changer notre relation à Dieu comme Créateur et Sauveur de toute la Création** ; et notre relation à nous-mêmes comme créature de ce Créateur, Père de Jésus-Christ.

> PARDON, JEÛNE ET AUMÔNE

- Ces démarches auxquelles les chrétiens sont invités en temps de Carême peuvent être vécues dans l'esprit de la conversion à laquelle nous appelle le Pape François dans l'encyclique *Laudato si'*.
- Par la démarche du pardon, nous pouvons **reconnaître que nous ne jouons pas toujours le rôle de gardiens de la Création auquel nous sommes appelés**, tout en accueillant l'amour de Dieu et sa miséricorde pour nous.
- La tradition du jeûne peut rejoindre **l'invitation à une sobriété heureuse**, et permettre d'expérimenter une nouvelle liberté par rapport à certains biens ou styles de vie dont nous pensons être dépendants.
- La tradition de l'aumône peut nous aider à **écouter la clameur de la Terre et la clameur des pauvres**, en compatissant aux douleurs des personnes et des créatures qui souffrent.

Le coup de pouce de LAUDATO SI'

« (...) La crise écologique est un appel à une profonde conversion intérieure. (...) Pour proposer une relation saine avec la création comme dimension de la conversion intégrale de la personne, souvenons-nous du modèle de saint François d'Assise. Cela implique aussi de reconnaître ses propres erreurs, péchés, vices ou négligences, et de se repentir de tout cœur, de changer intérieurement. »
[LS 217 et 218]



> UN LEVIER POUR CHANGER NOS HABITUDES

- La transition écologique et sociale nous conduit à **changer un certain nombre de nos habitudes**.
- Or le changement d'habitudes requiert un effort, quel que soit le sujet concerné. On dit parfois qu'une durée de 21 jours est une bonne base pour **ancrer une nouvelle habitude**, même si cette durée varie selon les spécialistes interrogés et dépend de chaque personne.
- La durée du Carême est donc **à la bonne échelle pour expérimenter de nouvelles habitudes plus écologiques**, et voir si nous pouvons et souhaitons les ancrer ensuite dans le temps plus long.

⚙️ QUE POUVONS-NOUS FAIRE ?

> UN PARCOURS GUIDÉ POUR LE CARÊME

- Avec [la retraite en ligne « Terre promise »](#), Prie en Chemin et Église verte proposent un itinéraire œcuménique pour laisser résonner l'appel à la conversion écologique intégrale.
- Le Mouvement Laudato si' propose [un parcours guidé de conversion écologique](#) tout au long du Carême.
- Les [Chrétiens unis pour la terre](#) proposent également chaque année une démarche de conversion écologique pour cette période.

> D'AUTRES PISTES POUR GUIDER LA PRIÈRE

- L'ouvrage [Parcours spirituel pour une conversion écologique](#), d'Eric Charmetant sj et Jérôme Gué sj, peut nourrir la vie spirituelle quotidienne pendant la durée du Carême.
- La [retraite en ligne « Prier avec l'écologie »](#) de 7 jours proposée par Prie en chemin invite à réentendre l'appel du Pape François à « sauvegarder notre Maison commune ».

> QUELQUES EXEMPLES DE DÉCISIONS DE CARÊME

- À titre d'inspiration, voici quelques idées de nouvelles habitudes qui pourraient être explorées le temps du Carême :
 - > Expérimenter les **déplacements à vélo** (par exemple grâce aux vélos en libre-service), pour les vertus écologiques et les bénéfices santé de ce mode de déplacement mais aussi pour être plus disponible pour contempler l'environnement que l'on parcourt.
 - > Pour les trajets longs, **choisir le train** en remplacement de la voiture, en consacrant le temps nécessaire à la recherche du bon itinéraire et à la location d'une voiture à la gare d'arrivée si nécessaire.
 - > Augmenter de 3 repas le **nombre de repas végétariens** que l'on prend chaque semaine.
 - > Introduire le **bénédicté ou les grâces** à chaque repas, par exemple avec l'ouvrage [Prières de la table inspirées de Laudato si'](#).

POUR ALLER + LOIN

> L'encyclique Laudato si' et notamment la section intitulée « [La conversion écologique](#) » [chapitre 6].

> L'article [Et si nos conversions de Carême empruntaient le chemin de Laudato si' ?](#)

> La fiche Ecojesuit « [La conversion écologique](#) » et la vidéo qui l'illustre.

> [Le témoignage de Xavier de Bénazé sj](#) sur le Carême comme temps de conversion écologique.

