

CAREME 2026



Très chères Sœurs et très chers Laïcs dans le Petit Dessein,

Au début du saint Carême, l'Église nous invite à avancer ensemble dans la prière, la pénitence et la conversion : un chemin qui nous conduit vers le cœur brûlant de notre foi, la solennité de Pâques. Ce temps de grâce nous offre l'opportunité précieuse de purifier notre cœur, de fortifier notre foi et de réorienter notre vie vers Dieu. Ce n'est pas seulement un temps de privation, mais un appel à redécouvrir le sens profond de notre existence, à revenir au premier amour qui nous a embrasés au jour de notre baptême.

Dans notre Institut Sœurs de Saint Joseph, et particulièrement dans nos communautés respectives, ce chemin spirituel revêt une signification unique et profondément émouvante. Dans nos milieux de vie, où le Verbe s'est fait chair et a habité parmi nous, nous sommes appelés à suivre les pas du Sauveur afin d'entrer pleinement dans le mystère de son amour rédempteur et de répondre à son invitation à marcher à sa suite.

La Passion du Christ : chemin de conversion et de miséricorde

Le Carême est un temps favorable pour contempler le sacrifice ultime de Jésus, qui a donné sa vie pour notre salut. Comme le rapporte l'Évangile selon saint Jean : « *Ayant aimé les siens qui étaient dans le monde, il les aima jusqu'au bout* » (Jn 13,1). Cet amour, poussé jusqu'au don total de soi, est le fondement de notre espérance.

Durant ce temps, nous sommes invités à mesurer la grandeur de cet amour sans mesure, en revenant dans notre style de vie aux paroles du Pape Léon, nous n'avons pas besoin d'un minimum de justice, nous avons besoin d'un grand amour, qui est possible grâce à la force de Dieu.

Et dans cette perspective, nous sommes vivement invités à recevoir le sacrement de Réconciliation, où se dévoile le visage miséricordieux du Père. C'est une rencontre de guérison et d'amour. Préparons-nous par un examen de conscience sincère et demandons au Christ d'illuminer notre cœur. Que la grâce reçue au pied de sa Croix renouvelle en nous la beauté de notre baptême et nous rende plus libres et plus joyeux pour devenir de plus en plus des témoins visibles de communion, de paix et d'espérance.

La prière : souffle de l'âme

La prière est l'âme du parcours de Carême. C'est en elle que, comme Jésus au désert (Mt 4,1-11), nous trouvons la force de vaincre la tentation et de demeurer fidèles au Père.

En ce temps de grâce, renouvelons avec plus de fidélité notre prière personnelle et communautaire. Trouvons des moments de silence, à l'exemple de Jésus à Gethsémani, pour confier à Dieu nos peines, nos espérances et notre désir de faire toujours le bien aux autres.

Que La prière devienne notre boussole quotidienne, exprimant notre ardent désir du ciel, « Priez sans relâche » (1 Th 5, 17), nous rappelle l'Apôtre - et nous y répondons de tout notre cœur et avec les choix de notre vie.

Le jeûne et la charité : deux piliers d'un même sacrifice

Le jeûne, pratique ancienne et féconde, nous purifie intérieurement. Il nous aide à nous détacher du superflu pour rechercher l'essentiel : Dieu et son Royaume

Cependant, le jeûne qui plaît à Dieu dépasse l'abstinence alimentaire. Le prophète Isaïe le proclame : il consiste à « *faire tomber les chaînes injustes, délier les liens du joug, renvoyer libres les opprimés* » (Is 58, 6).

Que notre pénitence ne reste pas stérile, mais qu'elle se transforme en amour qui se fait proximité, surtout envers les plus vulnérables qui se trouvent aussi dans nos communautés. En eux, nous rencontrons le visage du Christ, qui nous dit : « *C'est à moi que vous l'avez fait* » (Mt 25, 40). Et à cet égard, je voudrais rapporter et faire miennes les demandes du Pape qui, pour ce Carême, propose des formes concrètes d'abstention comme désarmer le langage et cultiver la gentillesse, mais aussi écouter la Parole de Dieu et le cri des plus petits, et le faire ensemble, dans nos communautés, ouvertes à l'accueil de ceux qui souffrent. (Message : Le Carême est un temps de jeûne des paroles qui blessent les autres...)

Que notre témoignage chrétien s'exprime dans le respect, le dialogue sincère, en gentillesse, et dans la recherche inlassable de Communion (notre héritage inoubliable), « *Heureux les artisans de paix, car ils seront appelés fils de Dieu* » (Mt 5,9). Que notre prière et nos œuvres de charité, offertes à tous sans distinction, deviennent les signes les plus éloquents de notre engagement pour la réconciliation et la paix. Oui, nous sommes appelés à devenir et demeurer des artisans de paix.

Le regard tourné vers la Résurrection

En fin, le Carême n'est pas un chemin sans but. C'est un pèlerinage vers Pâques, vers la lumière victorieuse du matin de la Résurrection. Chacun de nos pas, chacun de nos sacrifices, chacun de nos gestes de charité est illuminé par l'espérance de la Résurrection. Car si le Christ n'était pas ressuscité, notre foi serait vaine (1 Co 15, 14). Mais il est vraiment ressuscité ! Et cette certitude nous donne la force d'avancer, de convertir notre cœur et d'aimer sans réserve, en regardant vers la joie qui nous est promise.

Je vous accompagne avec ma prière sur ce chemin sacré. Vivons ce Carême comme un véritable *kairos*, un temps favorable de grâce. Par une prière persévérante et une charité généreuse, renouvelons notre baptême, notre alliance avec Dieu et notre engagement fraternel au sein de notre Institut bien-aimé.

Bon chemin de Carême à tous et à toutes !

Turin, 18 Février 2026

Soeur Anna Alfreda KUMBI KUMBI SONA