

**Calendrier du Grand Carême  
chrétien qui a débuté dans les  
églises apostoliques**

& en 2020 c'était :



- 06.03.2020**     **Saint Grégoire l'Illuminateur** (Intervenant : Père Avedis Balekian)  
**Սուրբ Գրիգոր Լուսավորիչ** (գարգոյ՝ Տ. Աւետիս Ա.Քին, Պապղան) 6 rue Père Komitas, 92370 Chaville
  
- 13.03.2020**     **Cathédrale Saint Jean-Baptiste** (Intervenant : Mgr Vahan Hovhannesian)  
**Սբ Յովհաննէս Մկրտիչ Մայր Եկեղեցի** (գարգոյ՝ Վահան Եղա. Յովհաննէսյան) 15 rue Jean Guérou, 75008 Paris
  
- 20.03.2020**     **Saint-Paul et Saint-Pierre** (Intervenant : Rév. Père Gourguine Aghababayan)  
**Սուրբ Պօղոս-Պետրոս** (գարգոյ՝ Տ. Գուրգին Վրա Աղապապյան) 4 Rue Komitas, 94140 Alfortville
  
- 27.03.2020**     **Sainte Croix de Varak** (Intervenant : Père Dirazy Keledjian)  
**Վարազայ Սուրբ Խաչ** (գարգոյ՝ Տ. Տիրազ Գեղ. ԳլեցՅնախ) 31-33, Rue Saint-Just, 95400 Arnouville
  
- 03.04.2020**     **Sainte Marie-Mère-De-Dieu** (Intervenant : Père Manuel Racho-Hovhannesian)  
**Սուրբ Մարիամ Աստուածածին** (գարգոյ՝ Տ. Մանուկ Գեղ. Ռաչո-Շոխաննիսյան) 6 avenue Bourgain, 92130 Issy-les-Moulineaux

....Une des saisons les plus spirituelles de l'année ecclésiastique: le grand carême. Cette année, les quarante jours du Grand Carême a commencé le lundi 24 février 2020. Ceux-ci sont observés comme quarante jours de renouveau spirituel et de purification par la prière, la méditation, le contrôle de nos désirs et des actes de charité. Dans la Bible, les personnes ont jeûné et se sont retirés pendant quarante jours pour se rapprocher de Dieu, pour demander l'aide de Dieu pour surmonter une difficulté ou un défi, personnel ou communautaire, et pour renouveler leur vie, dépasser ce qui, au fil des ans, sont devenus des habitudes et des énergies négatives. Le Grand Carême, en jargon contemporain, peut donc être considéré comme notre détoxification spirituelle annuelle.

Comme l'a souligné Jésus-Christ, Ses apôtres et plus tard l'Église, une composante essentielle de la vie de chaque chrétien doit être une période annuelle de retrait de notre calendrier social chargé, afin de se concentrer sur notre esprit et notre cheminement dans la vie. Le Carême est une période où nous nous donnons une leçon d'humilité devant Dieu, où nous cherchons les mauvaises habitudes et les pratiques non chrétiennes dans notre vie quotidienne et où nous trouvons les moyens et les stratégies pour corriger et surmonter ces habitudes, avec l'objectif primordial de se rapprocher de Dieu et de profiter de la paix, la grâce et l'amour qui ne viennent que de Dieu. La retraite de Carême a traditionnellement incorporé plusieurs pratiques. Parmi eux se trouve la prière, ce qui signifie se retirer du monde en réduisant le plus possible, notre vie sociale active et inutile de boire et manger afin de se concentrer sur notre relation avec Dieu. La prière est la désignation d'un certain temps et lieu pour notre communication avec Dieu, ce qui peut être fait en récitant des prières traditionnelles ou en partageant des pensées du fond de notre cœur avec Dieu, comme le dit saint Grégoire de Narek. Notre section de prière du Carême doit également inclure la méditation, des périodes de silence pour nous permettre de réfléchir et de penser à Dieu et à notre foi. En tant que tel, notre pratique de prière du Carême doit incorporer des lectures des Saintes Écritures.

Afin de se retirer de notre routine quotidienne, il faut également contrôler son calendrier social. Cela comprend l'arrêt des engagements sociaux inutiles, les repas somptueux et l'occupation de notre temps avec des plaisirs et des divertissements centrés sur le corps. Nous priver de nourriture nous fait aussi réaliser à quel point nous sommes fragiles et combien nous dépendons des bénédictions de Dieu sur les aliments et la nourriture. Manger de la viande dans les premiers siècles du christianisme était associé à l'abattage d'un animal qui était presque toujours associé à une fête ou une célébration. C'est pourquoi, l'église primitive nous invite à nous abstenir des produits dérivés des animaux. Nous devons être honnêtes avec nous-mêmes. Ne pas manger de viande pour un végétarien n'est pas un exercice spirituel du Carême. Nous devons planifier notre propre menu de Carême, guidé par les enseignements de nos pères d'église, et en gardant à l'esprit l'intention de cet exercice spirituel. L'idée n'est pas de se faire souffrir. Il s'agit plutôt de faire amende honorable et de reconnaître notre dépendance à l'égard de Dieu et de permettre à Dieu de nous changer, en surmontant nos faiblesses et nos vulnérabilités.

La saison du Carême a toujours incorporé également des actes de charité et d'aide à autrui. De toute évidence, en tant que disciples du Christ, nous sommes toujours encouragés à aider les autres. Cependant, en nous concentrant sur ces actes de charité, nous répondons volontiers à l'Évangile de Jésus-Christ et faisons partie de Son corps sacramentel pour aider Son peuple.

Alors maintenant que nous avons passé en revue les éléments essentiels de cette saison de renouveau spirituel, je vous invite à vous joindre à moi pour planifier notre voyage de Carême 2020. Commençons par désigner deux séances de prière chaque jour pendant le Carême. Chaque session peut durer de 5 à 10 minutes. Il devrait comprendre des prières traditionnelles telles que la prière du Seigneur, *Sourp Asdvads*, *Dér Voghrmya* et des paroles personnelles de pétition, de louange ou d'action de grâce. Si vous n'avez pas le texte des prières traditionnelles, n'hésitez pas à m'écrire, et je vous enverrai le texte en français et en arménien de plusieurs de ces prières. Dans le cadre de la section prière de ma propre pratique quotidienne, je vais lire le Livre des Psaumes et je vous invite à vous joindre à moi pour faire de même. Si vous décidez de lire le livre des Psaumes, s'il vous plaît écrivez-moi, et je serai heureux de vous envoyer quelques notes d'introduction sur ce beau livre dans notre Bible. Je voudrais désigner une session de prière le matin et la deuxième session le soir avant de se coucher. Planifions maintenant notre discipline alimentaire pour le Carême. Je vais essayer de m'en tenir à la formule traditionnelle de s'abstenir de produits d'origine animale et de viande. Enfin, réfléchissons aux moyens d'aider les autres, les personnes dans le besoin ou les organisations caritatives. Essayons de vivre ensemble le Grand Carême 2020.

Que le Carême de cette année soit une occasion de nous renouveler et de nous rapprocher de Dieu, source de notre vie et de notre foi, et de devenir de meilleurs individus et sociétés que nous sommes.

Avec mes bénédictions,  
 + Vahan Srpazan

veuillez contacter le primat