

Pour progresser dans cet art de la prière, pour retrouver cette présence silencieuse de Dieu dans le fond de notre être, en complément de ce que proposera votre paroisse, les mouvements et communautés catholiques, la radio RCF Alpes-Provence et le service diocésain des pèlerinages, **le diocèse vous propose cette année des grands rendez-vous de prière**, dont vous trouverez les détails ci-après et sur le site internet du diocèse.

Chers amis, que ce Carême et toute cette année 2024 sur la prière soit comme une grande pause prière, pour découvrir cette présence silencieuse de Dieu dans le fond de notre être, pour lui dire avec amour : « *Tu es le Dieu qui me voit* » et je sais que tu poses sur moi un regard d'Amour, de Confiance, d'Espérance.

Mercredi des Cendres 14 février 2024,  
M<sup>gr</sup> Xavier Malle, évêque de Gap-Embrun

## Au programme de l'année de la prière dans le diocèse de Gap-Embrun

- **Cinq conférences diocésaines de Carême** au sanctuaire ND du Laus, qui commencent ce dimanche à 15h15 et porteront sur les grands textes du concile Vatican II.
- **Trois écoles de prière** dans les hauts lieux spirituels du diocèse que sont Le Laus, l'abbaye des Bénédictines de Rosans et l'abbaye de Boscodon.
- **Une journée de retraite pré-jubilatoire sur le Notre-Père**, que je vais prêcher personnellement dans les différentes paroisses ou doyennés.
- **La Vigile de Pentecôte** à la cathédrale de Gap avec tous les groupes de prière.
- Et en novembre au Laus un **rassemblement chants et prière** pour les chorales et les équipes liturgiques.



Dates à découvrir sur le site diocésain : [www.diocesedegap.fr](http://www.diocesedegap.fr) ou via ce QR Code

  
**Diocèse** de  
**Gap-Embrun**

**“ Tu es le Dieu qui me voit ”**  
**Message du Carême 2024**  
**en ouverture de l'année de la prière**  
de M<sup>gr</sup> Xavier Malle



« *Ton Père qui voit dans le secret te le rendra.* » Cette parole forte rythme l'enseignement de Jésus sur la manière de devenir des justes, l'évangile du mercredi des Cendres. « *Dieu te voit.* » Certains ont utilisé le fait que Dieu nous voit pour faire peur, pour dire : « *fais attention à la manière dont tu te comportes !* » Pour son message du Carême, le pape François part du texte de l'Exode qui nous donne une plus juste interprétation : « *Le Seigneur dit : "J'ai vu, oui, j'ai vu la misère de mon peuple qui est en Égypte, et j'ai entendu ses cris sous les coups des surveillants. Oui, je connais ses souffrances."* » (Exode 3,7). Il remarque que « *c'est Dieu qui voit, qui s'émeut et qui libère, ce n'est pas Israël qui le demande* ». Oui, Dieu voit notre misère. Chers amis, je vous propose comme exercice de ce Carême, de nommer Dieu comme le fit Agar, la servante Égyptienne de Sarai la femme d'Abraham : « *Tu es le Dieu qui me voit.* » (Gn 16,13). Ou encore avec le psalmiste : « *Tu me scrutes, Seigneur, et tu sais ! Tu sais quand je m'assois, quand je me lève ; de très loin, tu pénètres mes pensées. Que je marche ou me repose, tu le vois, tous mes chemins te sont familiers.* » (Psaume 138,1-3).

**Car pour dire cela, il nous faut ralentir.** Il nous faut en prendre conscience : « *tu es* ». Dieu donnera son nom : « *Je suis celui qui est* ». Il nous faut faire une pause. Il nous faut aussi entendre Dieu dire à Israël, en (Exode 20,2) : « *Je suis le Seigneur ton Dieu, qui t'ai fait sortir du pays d'Égypte, de la maison d'esclavage.* » Le Carême est un don de Dieu pour nous faire sortir du pays d'Égypte, de la maison d'esclavage de nos rythmes effrénés. Je suis bien placé pour le savoir. Dans un début d'année bien rempli, j'ai eu la joie de participer au voyage des prêtres, diacres et épouses de diacre la semaine dernière. Tous les ans, le diocèse leur propose en effet de mettre leur vie sur pause. En alternant une année avec une retraite prêchée en silence, et l'autre année un voyage pèlerinage. Nous sommes ainsi allés à Lyon sur les pas des premiers martyrs de la Gaule et de st Irénée, puis sur les pas des saintes Maries de Provence. Cette année, début février, nous sommes partis en Bourgogne sur les pas de dom Chautard. Gustave Chautard est né à Briançon en 1858. Il fait une école de commerce à Marseille et là se convertit. Au grand dam de son père, il entre à l'abbaye d'Aiguebelle dans la Drôme. Rapidement il en devient le cellérier, c'est à dire le

chef d'entreprise, et met toute son énergie à sauver l'activité économique de l'abbaye, une chocolaterie. Puis il sera invité à aider d'autres abbayes et finira par être élu Père Abbé de la Trappe de Sept-Fons en Bourgogne, dans le Bourbonnais. Il était entré dans les ordres pour être avec Dieu dans le silence du cloître, mais jamais il n'aura autant parlé remarquerait-il. Surmené, il recevra lors une retraite l'intuition de la clef d'or de son existence, ce qu'il appellera la "garde du cœur" : être présent à Celui qui est présent en nous par Jésus. Dieu est là ; Il agit. Il l'enseignera à ses moines et à tous les chrétiens dans un livre intitulé " L'âme de tout apostolat ". Cette âme, c'est la prière, qu'il appelle aussi la vie intérieure ou l'oraison. Son biographe note que lorsqu'il recevait l'un de ses moines, il commençait par une question : « *Mon enfant, faites-vous oraison ?* »

Chers amis, permettez-moi de vous poser la question : dans vos vies surmenées, faites-vous oraison ? Prenez-vous chaque jour un temps de prière, un cœur à cœur avec le Seigneur ?

**Permettez-moi aussi un mot pour ceux qui n'ont jamais osé s'adresser à Dieu** dans la prière. Peut-être parce que vous ne l'avez pas encore personnellement rencontré comme un Dieu aimant. Peut-être le cherchez-vous dans d'autres spiritualités ou avec diverses méthodes de méditations, afin de combler votre soif d'intériorité et d'éternité, car, découvre saint Augustin

lors de sa conversion, « *Tu nous as faits orientés vers toi et notre cœur est sans repos tant qu'il ne repose pas en toi.* » (*Confessions, I,1,1*). « *Et voici que tu étais au-dedans, et moi au-dehors et c'est là que je te cherchais...* » (*Confessions X,27,38*)

Le pape François dans son message du Carême 2024 a une formule paradoxale : « *Il est temps d'agir, et durant le Carême, "agir c'est aussi s'arrêter"*. « *Agir c'est aussi s'arrêter* » j'aime cette parole du pape. Le Carême peut être ce temps d'arrêt, ce temps du ralentissement. À chacun d'entre nous de discerner ; peut-être de demander dans la prière comment faire concrètement. Dire « *Ton Père qui voit dans le secret te le rendra* » ou « *Tu es le Dieu qui me voit* », c'est reconnaître que Dieu est. Que Dieu est présent dans ma vie, que sa Providence est active. C'est une invitation à faire une pause. Une invitation à ralentir. Une invitation à se laisser conduire au désert par le Seigneur. Une invitation à m'arrêter pour regarder mon frère, ma sœur, dans le besoin.

**Car le pape relie ensuite les trois pratiques habituelles du Carême**, enseignée par Jésus, la prière, l'aumône et le jeûne : « *S'arrêter en prière, pour accueillir la Parole de Dieu, et s'arrêter comme le Samaritain, en présence du frère blessé. L'amour de Dieu et du prochain est un unique amour. Ne pas avoir d'autres dieux, c'est*

*s'arrêter en présence de Dieu, devant la chair de son prochain. C'est pourquoi la prière, l'aumône et le jeûne ne sont pas trois exercices indépendants, mais un seul mouvement d'ouverture, de libération.* » Puis le pape reprend son thème du ralentissement : « *Ralentir et s'arrêter. La dimension contemplative de la vie, que le Carême nous fera ainsi redécouvrir, mobilisera de nouvelles énergies. En présence de Dieu, nous devenons des frères et des sœurs, nous percevons les autres avec une intensité nouvelle : au lieu de menaces et d'ennemis, nous trouvons des compagnons et des compagnes de route. C'est le rêve de Dieu, la terre promise vers laquelle nous tendons une fois sortis de l'esclavage.* »

**Pour ralentir et s'arrêter, le pape nous offre une "année de la prière"**, en préparation du Jubilé 2025 : « *Je désirerais vivement que nous consacrons 2024, l'année précédant l'événement jubilaire, à une grande "symphonie" de prières. (...) En un mot, que ce soit une année intense de prière où les cœurs s'ouvrent pour recevoir l'effusion de la grâce de Dieu et pour faire du "Notre Père", la prière que Jésus nous a enseignée, le programme de vie de chacun de ses disciples.* » (*lettre du 11 février 2023 à Mgr Rino Fisichella*). Le pape François se met dans la suite de ses deux prédécesseurs :  
- Car déjà, en janvier 2001, clôturant le grand jubilé de l'an 2000, le pape Jean-

Paul II traçait comme route de l'Église pour le nouveau millénaire la sainteté, dans sa lettre intitulée "le nouveau millénaire commençant" : « *Pour cette pédagogie de la sainteté, il faut un christianisme qui se distingue avant tout dans l'art de la prière.* » Il poursuit : « *Mais nous savons bien aussi que la prière ne doit pas être considérée comme évidente. Il est nécessaire d'apprendre à prier, recevoir pour ainsi dire toujours de nouveau cet art des lèvres-mêmes du divin Maître, comme les disciples : "Seigneur, apprend-nous à prier !" »* (*Novo millennio Ineunte, n° 32*).

- Puis dans son livre "Jésus de Nazareth", au début de son chapitre sur la prière du Seigneur, le pape Benoît XVI, Joseph Ratzinger, parle de la place de la prière dans notre vie : « *On ne peut comprendre l'homme qu'à partir de Dieu, et c'est seulement s'il vit en relation avec Dieu que sa vie devient juste. Mais Dieu n'est pas un inconnu lointain. En Jésus il nous montre sa face. (...) Si être homme signifie essentiellement être en relation avec Dieu, il est évident que cela implique le dialogue avec Dieu et l'écoute de Dieu.* » (*p. 151*). Il donne alors une très belle définition de la prière : « *La prière est la présence silencieuse de Dieu dans le fond de notre pensée de notre méditation, de notre être, (ce que nous) appelons la "prière continuelle". (Mais) cette prière authentique, cette manière d'être intérieure et silencieuse avec Dieu, a besoin d'être nourrie, et elle trouve cette nourriture dans la prière concrète, que ce soit avec des mots ou des images ou des pensées.* » (*p. 153*).

