

POUR REDONNER SENS A NOS REPAS ET REMERCIER DIEU POUR SES DONNS

Les repas n'ont pas une simple fonction utilitaire. Ils sont des moments-clés qui rythment la journée. Sacralisés dans beaucoup de cultures, ils risquent d'être banalisés ou négligés dans notre société en raison de la solitude qui touche beaucoup de personnes, mais également du rythme de vie urbain. En réaction, beaucoup de chrétiens ressentent le désir de pratiquer le bénévolé, une prière brève mais qui redonne tout son sens à ces actes essentiels de la vie que sont les déjeuners et les dîners.

Qu'est-ce que le bénévolé ?

C'est une prière dite ou chantée au début du repas que l'on va consommer. Son nom vient du mot latin *benedicite* (« bénissez ») qui commençait la formule la plus courante : « *Bénissez, Seigneur, ce repas, ceux qui l'ont préparé et procurez du pain à ceux qui n'en ont pas.* » Cette bénévolé inaugurale est parfois complétée en fin de repas par les grâces, en remerciement.

Se rendre présent à Dieu

« *L'acte de bénévolé est toujours un mouvement double*, précise le père Charles Perrot, bibliste. *Nous louons Dieu et Lui nous accorde sa grâce.* » Le bénévolé est donc d'abord une communication, une mise en relation avec la

source de nos vies. Cette prière, qui peut être très courte, qui peut même se réduire à un simple signe de croix en silence, permet de se placer sous le regard de Dieu et donne une profondeur, un sens à tout le repas.

Transformer son rapport à la nourriture

Le conditionnement industriel a tendance à nous faire perdre conscience que notre nourriture est le fruit du mystère de la vie dont Dieu est le maître. L'industrie humaine ne peut que favoriser la croissance des plantes et des animaux, elle ne les maîtrise pas. Reconnaître en ces aliments des dons de Dieu et l'en remercier, c'est une façon de revenir à une certaine humilité et reconnaissance devant le mystère de la vie. Cela engage ensuite à les consommer non de façon gloutonne et captatrice, mais avec un cœur plein de reconnaissance. « *Nous apprenons à recevoir ce qui nous est donné*, témoigne Laurent de Gaulle, père de quatre enfants, *et cela nous rend humbles.* »

Renforcer la dimension de communion

Le repas partagé est le lieu par excellence de la communion. Le fait de se nourrir des mêmes aliments nous unit. Aussi, se mettre sous le regard de Dieu permet de sceller cette communion sur un plan spirituel. Cette tradition permet ainsi d'approfondir l'unité familiale, fraternelle ou amicale.

S'ouvrir au partage

Cela nous engage aussi à penser à tous ceux qui sont absents, et en particulier à ceux qui souffrent de la faim. C'est pour cela qu'on demande à ce que Dieu leur donne du pain, symbole de toute nourriture. « *Autrefois, nous gardions une place vide*, remarque Solange Navarro, xavière, *un couvert pour pouvoir accueillir un étranger qui passe. Le bénévolé nous ouvre aussi à ceux que nous n'attendons pas.* »

Prendre un repas à la lumière de la Bible

Évoquer dans le bénévolé un passage de la Bible nous aide à entrer dans un des mystères du repas. L'épisode de la manne au désert nous rappelle que c'est la providence de Dieu qui nous nourrit. On peut également demander à ce que Dieu nous conduise au banquet du royaume qui nous rappellera la finalité de notre vie. La Cène ou la multiplication des pains nous renvoient à l'eucharistie, le centre de la vie chrétienne, lieu de la communion.

De multiples formules possibles

Des recueils existent, à moins que vous ne préfériez les inventer chaque jour. « *Dans ma famille d'origine russe*, affirme Vladimir, un chrétien orthodoxe, *nous disons simplement un Notre Père qui demande à Dieu de nous donner quotidiennement notre pain de "ce jour"* » Les moments du repas de midi et ou du Soir sont également l'occasion pour certains chrétiens de dire l'Angélus, qui célèbre le mystère de l'incarnation et de la rédemption. En communion avec les agriculteurs, on peut également utiliser la prière suivante : « *Bénis le labeur des paysans, Maître des moissons. Fais que leurs efforts assurent à tous nos frères le pain quotidien. Et s'il vient un jour à manquer, Souviens toi de ce jour où, pour une foule immense, Tu le multiplias.* »

Un moment ludique pour les enfants

Pour faire du bénévolé un instant récréatif, il existe des dés qui comportent sur chacune des faces une courte formule. Vos enfants pourront le lancer et la lire. On peut également piocher de petites cartes sur le même principe.

D'autres rites de table

Certains aiment à tracer sur le pain une petite croix avant de le rompre (plutôt que de le couper). « *C'est une façon de rendre grâce pour ce pain qui nous est donné et que nous partageons* », témoigne Laurent. Des chrétiens marqués par les traditions géorgiennes aiment, pour leur part, rythmer le repas en portant des toasts. Le banquet s'ouvre avec une demande de bénévolé et s'achève avec une imploration à la mère de Dieu : « *C'est un peu comme une litanie*, explique David, orthodoxe français marié à une Géorgienne. *Par cette prière, nous voulons faire participer Dieu à notre repas. Nous l'invoquons pour qu'il le préside et mange avec nous.* »