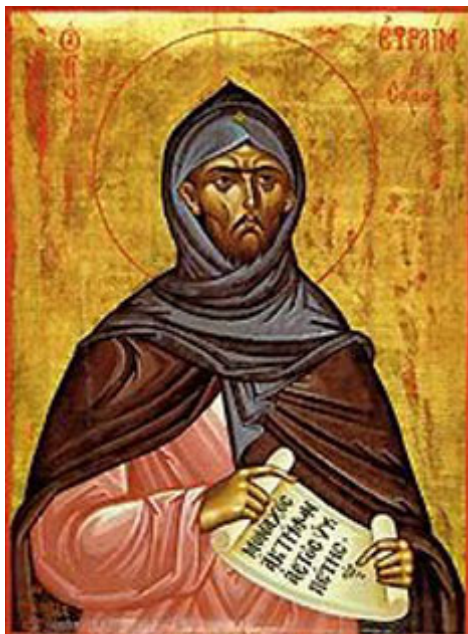


" Parmi toutes les hymnes et prières de Carême se trouve une courte prière que l'on peut appeler la prière de carême. La tradition l'attribue à l'un des grands maître de la vie spirituelle : Saint Ephrem le syrien. Pourquoi cette courte prière et si simple prière occupe-t-elle une place aussi importante dans la prière liturgique du Carême ? C'est qu'elle énumère d'une façon très heureuse tous les éléments négatifs et positifs du repentir, et constitue en quelque sorte, un aide mémoire pour notre effort personnel de Carême. Cet effort vise d'abord à nous libérer de certaines maladies spirituelles fondamentales qui imprègnent notre vie et nous mettent pratiquement dans l'impossibilité de commencer même à nous tourner vers Dieu."
Père Alexandre Schmemmann, in "Le grand carême".

PRIERE DE SAINT EPHREM



Seigneur et maître de ma vie, ne m'abandonne pas à l'esprit d'oisiveté, d'abattement, de domination et de vaines paroles.

(grande métanie)

Mais accorde-moi l'esprit d'intégrité, d'humilité, de patience et d'amour, à moi ton serviteur.

(grande métanie)

Oui, Seigneur Roi, donne-moi de voir mes fautes et de ne pas juger mon frère, car Tu es béni dans les siècles des siècles. Amen.

(grande métanie)

Ô Dieu, purifie-moi , pécheur.

(12 fois, avec petites métanies)

puis la prière toute entière, d'une traite :

Seigneur et Maître de ma vie,...

(grande métanie à la fin)