

# L'abstinence

Publié le 17 mars 2022  
Abbé Ludovic Girod  
6 minutes

---

*Le temps du Carême est le moment propice pour nous poser des questions sur ce commandement de l'Église.*

Le temps du Carême est le moment propice pour préciser les commandements de l'Église concernant la pratique de la pénitence. Ces commandements sont au nombre de deux : celui concernant le jeûne et celui concernant l'abstinence. Je ne m'intéresserai ici qu'à celui qui concerne l'abstinence et qui s'énonce ainsi : « Tu ne mangeras pas de viande les vendredis et les jours fixés par l'Église ». Ce commandement ne pose pas de difficultés. Nous pouvons cependant à son propos nous poser quelques questions.

## **Quels sont les aliments interdits par ce commandement ?**

Ce commandement interdit la consommation de viande. Il est par contre autorisé de manger du poisson, des produits laitiers, des œufs, des plats préparés avec de la graisse animale, des crustacés et, heureusement pour les Dombistes, des grenouilles. Les coutumes locales autorisent parfois à manger certains gibiers d'eau. Autrefois, l'abstinence était pratiquée tous les jours du carême de manière stricte, d'où les jours du carnaval pour finir les restes de viande avant le Mercredi des Cendres et les œufs de Pâques pour fêter le retour des œufs dans l'alimentation.

## **En quoi une telle privation est-elle une œuvre de pénitence ?**

La viande est une nourriture plus substantielle et plus savoureuse que les autres. Elle est en général d'un coût plus élevé. Supprimer cet aliment constitue donc une pénitence facile à mettre en œuvre et d'une portée quasi universelle. L'Église impose cette pénitence en particulier le vendredi, jour de la mort de Notre Seigneur sur la croix, pour nous faire honorer la passion de notre Sauveur.

## **Qui est concerné par cette obligation ?**

Ce sont tous les baptisés catholiques qui ont atteint l'âge de sept ans et qui n'en sont point exemptés.

## **Certaines personnes peuvent-elles être exemptées de la loi de l'abstinence ?**

Oui, certaines personnes peuvent en être exemptées car elles sont dans l'incapacité de respecter cette obligation, soit physiquement, soit moralement. Un ancien catéchisme donne les exemples suivants :

« Les malades, les convalescents, les personnes dont l'estomac débile ne peut respecter le maigre, les pauvres qui mendient de porte en porte.

Les ouvriers occupés à des travaux très pénibles dans les mines, les verreries, les fonderies.

Les militaires en garnison ou en campagne.

Les voyageurs qui ne trouvent pas dans les hôtelleries des aliments maigres, à la condition qu'ils aient demandé sérieusement et instamment de s'en faire servir.

Les femmes et les enfants qui auraient à encourir la colère de leur mari ou de leurs parents, pourvu que l'usage de la viande ne leur soit pas imposé par mépris [...] de la religion ».

Le simple fait d'être en voyage ne dispense donc pas de la règle de l'abstinence.

Le pape, les évêques et les curés peuvent accorder une dispense.

## **Si une fête importante tombe un vendredi, faut-il quand même respecter l'abstinence ?**

L'abstinence n'est levée que par une fête d'obligation, soit actuellement : la Toussaint, Noël ou l'Assomption. Les autres fêtes ne dispensent pas de l'abstinence.

## **Quelle est la gravité de cette obligation ?**

Les théologiens, par exemple le Père Merkelbach dans sa *Somme de théologie morale* (1935), enseignent que le précepte de l'abstinence oblige gravement ceux qui y sont tenus, mais que la faute contre ce commandement admet la parvité de matière. Cela signifie que celui qui mange en toute connaissance de cause une portion notable ou même habituelle de viande commet un péché grave et que celui qui mange une petite quantité de matière commet un péché véniel. Celui qui mange plusieurs petites portions dans la journée peut atteindre la matière grave.

## **Quels sont les jours d'abstinence à respecter selon le code de droit canonique de 1917 ?**

Ces jours sont :

- tous les vendredis de l'année,
- les mercredis, vendredis et samedis des Quatre-Temps,
- le Mercredi des Cendres et les samedis de Carême,
- les vigiles de la Nativité, de la Pentecôte, de l'Assomption et de la Toussaint (si ces vigiles ne tombent par un dimanche).

## **Quels sont les jours d'abstinence à respecter selon le code de 1983 publié par le pape Jean-Paul II ?**

Le code de 1983 ne retient que les vendredis et le Mercredi des Cendres pour la pratique de l'abstinence. Il apporte encore deux modifications : la conférence épiscopale peut changer l'abstinence de viande dans l'abstinence d'une autre nourriture, elle peut également remplacer l'abstinence par une autre forme de pénitence.

Le nouveau code fait commencer l'obligation de respecter l'abstinence à 14 ans.

## **Que penser de ces modifications ?**

Ces modifications diminuent notablement les jours de l'année consacrés à la pratique de la pénitence et diminuent ainsi chez les fidèles l'amour de cette vertu indispensable : « Si vous ne faites

pénitence, vous périrez tous » Luc XIII, 5.

La possibilité laissée aux conférences épiscopales de changer l'abstinence de viande en abstinence d'une autre nourriture ou de la remplacer par une autre forme de mortification fait croire aux catholiques que cette loi ne les oblige plus et qu'ils peuvent s'abstenir... de l'observer. De fait, beaucoup de catholiques conciliaires considèrent l'abstinence comme une pratique facultative.

## **Faut-il revendiquer la possibilité de pratiquer l'abstinence dans les cantines publiques ?**

Alors que les musulmans n'hésitent pas à réclamer des plats sans viande de porc dans les cantines, que les végétariens exigent des plats sans aliments d'origine animale, les catholiques bien souvent se contentent de ce qui est servi et font ainsi trop facilement fi d'une obligation grave. Ils ne doivent pas hésiter à réclamer, avec courtoisie mais fermement, la possibilité de respecter leur religion en ayant à leur disposition des plats sans viande. Comme le rappelait Pie XI aux catholiques : la force des méchants vient souvent de la faiblesse des bons. Dans tous les cas, il est possible de trouver une solution qui nous permette d'être fidèle à la loi de l'Église et d'offrir à Dieu ces quelques petites pénitences pour nous unir à sa Passion.

Source : [Le Monsieur Vincent n° 133](#)