

On comprend mieux le Carême en le considérant comme un apprentissage à faire ce que nous voulons. Parfois, il est difficile de savoir ce que nous voulons vraiment. Souvent, nous obtenons ce que nous voulons puis nous découvrons que ce n'est pas ce que nous pensions et que nous nous sommes laissés tromper par un faux désir, un désir vague. Des dizaines d'années peuvent s'écouler dans l'addiction à des choses que nous ne voulons pas vraiment. Nous avons simplement peur de faire disparaître ce désir (par exemple de sécurité, de richesse, de statut ou d'approbation).

La meilleure façon de savoir ce que nous voulons vraiment est de renoncer à tout désir, au moins le temps de quelques respirations au cours de la méditation. Durant ces moments-là, nous voulons ne rien vouloir d'autre que dire le mantra avec une attention pure et généreuse. Les pratiques extérieures du Carême vont aussi en ce sens : car le Carême nous invite, non pas à nous punir pour nos mauvaises actions ou nos manquements, mais au contraire à faire un effort pour faire quelque chose que nous voulons vraiment faire et à réduire l'influence ou laisser tomber quelque chose que nous ne voulons pas vraiment faire. Il est assez facile de l'identifier dans certains des petits éléments de notre vie ordinaire. Nous devrions alors adopter une attitude assez ludique pour mettre ces (vrais) désirs en pratique.

Le problème survient lorsque notre côté sombre, celui qui nous dessert, se fixe sur un petit exercice d'ascèse. Si notre compréhension de la religion est en jeu, cela peut devenir très malsain. Ce serait comme quelqu'un qui décide d'aller régulièrement en salle de sport pour se maintenir en forme et qui devient ensuite maniaque et compulsif à propos de la taille ou de la masse de ses muscles. Dans une bonne attitude de carême, nous faisons ce que nous voulons vraiment (développer de bonnes habitudes) et ne faisons pas ce que nous ne voulons pas faire (réduire les mauvaises habitudes) avec un effort sérieux mais léger. Il ne s'agit pas de rembourser les dettes que nous avons accumulées. Il ne s'agit pas non plus d'essayer d'être parfait, ni de compenser nos faiblesses.

Les cultures matérialistes se trompent sur la spiritualité. Elles en font un choix de vie conditionné par le commerce. Ou alors elles exposent la spiritualité à l'humeur contagieuse d'un perfectionnisme compulsif et d'une soif d'approbation qu'elles appellent succès ou parfois même "bien-être". Le faux ascétisme de la religion peut alors tourner, par exemple en automutilation comme cela se développe aujourd'hui chez les jeunes. Dans le passé, les perfectionnistes religieux portaient des ceintures qui les faisaient saigner. Aujourd'hui, beaucoup se coupent ou se brûlent. Ces deux aberrations sont désespérément autodestructrices. Ce sont des tentatives de ressentir quelque chose là où nous nous sentons seulement engourdis, morts ou complètement déconnectés. Elles sont ancrées dans une fausse idée du péché, de la grâce et dans une absence totale de la sagesse de la modération.

Ainsi, les petites choses que "nous faisons pour le carême" ont une bonne influence sur l'éveil à des valeurs fondamentales que nous devons retrouver. Une vie équilibrée, par exemple, est essentielle pour un bon développement humain. Mais elle ne peut se maintenir sans ascèse, sans l'effort modéré que nous faisons pour retrouver notre bonté essentielle et séparer les vrais désirs des faux. Lorsque John Main, parlant de la méditation comme d'une "prière pure", dit que l'ascèse essentielle de la vie chrétienne est la prière, il offre à la culture moderne une vision d'une grande valeur qui apporte un immense soulagement à ceux qui voient ce que cela signifie.