

Les 3 piliers du Carême

JEUNER



Le Jeûne

- ❑ Le Jeûne est une manière de se rapprocher de Dieu. En donnant moins d'importance à la nourriture, tu peux donner plus de temps à la prière et au partage. C'est une manière de faire passer Dieu et les autres avant toi!
- ❑ C'est se priver de quelque chose, souvent de nourriture, pour être solidaire de ceux qui souffrent et prier

Partager



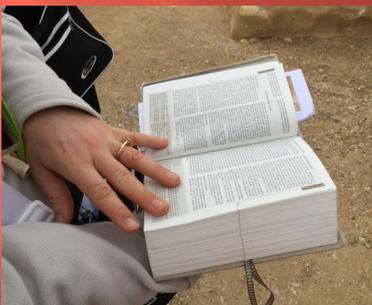
Dans un Kibboutz, où a été retrouvée un barque comme celle de Pierre

Partager

Jésus met en garde ses disciples contre le risque de faire l'aumône pour attirer l'attention des autres.

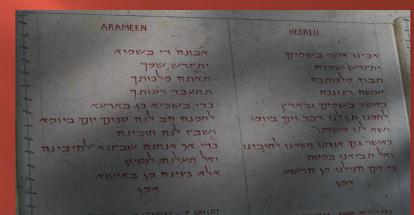
Il s'agit de donner, mais discrètement, sans être fier de sa générosité, sans attendre de retour.

Prier



- ❑ Pendant le Carême, tu peux t'adresser à Dieu comme Jésus dit de le faire à ses disciples : dans le secret de ton cœur.

Quelques mots, le « Notre Père », prononcés tout bas t'aident à penser à Dieu dans la journée, et à être avec Lui



A Jérusalem, il y a le Carmel du Pater, où le texte du Notre Père est écrit dans la plupart des langues

En ce temps de Carême, n'oublie pas de jeûner!

Arrête de juger les autres ,
Découvre le Christ qui vit en eux !
Interdis-toi les paroles blessantes ,
Remplis-toi des mots qui guérissent!
Ôte le mécontentement de ton cœur,
Remplis-toi de gratitude!
Fais le jeûne des colères ,
Remplis-toi de patience!
Oublie le pessimisme ,
Remplis-toi de l'espérance en Jésus!
Fais le jeûne des soucis,
Remplis-toi de confiance en Dieu!
Arrête de te plaindre ,
Goûte plutôt à la merveille de la vie!
Fais le jeûne de rancune,
Et remplis-toi de pardon !
Ne te donne pas trop d'importance ,
Regarde les autres, vois la beauté qui est en eux!



Jeûne ainsi... Ton jeûne sera agréable à Dieu!