

✓ Pourquoi jeûner en Carême ?

« De nos jours, la pratique du jeûne semble avoir perdu un peu de sa valeur spirituelle et, dans une culture marquée par la recherche du bien-être matériel, elle a plutôt pris la valeur d'une pratique thérapeutique pour le soin du corps. Le jeûne est sans nul doute utile au bien-être physique, mais pour les croyants il est en premier lieu une thérapie pour soigner tout ce qui les empêche de se conformer à la volonté de Dieu. Dans une constitution apostolique de 1966, Paul VI reconnaissait la nécessité de remettre le jeûne dans le contexte de l'appel de tout chrétien à ne plus vivre pour soi-même, mais pour celui qui l'a aimé et s'est donné pour lui, et aussi à vivre pour ses frères. Le carême pourrait être l'occasion de reprendre les normes contenues dans cette constitution apostolique, et de remettre en valeur la signification authentique et permanente de l'antique pratique pénitentielle, capable de nous aider à mortifier notre égoïsme et à ouvrir nos cœurs à l'amour de Dieu et du prochain, premier et suprême commandement de la Loi nouvelle et résumé de tout l'Evangile.

En même temps, le jeûne nous aide à prendre conscience de la situation dans laquelle vivent tant de nos frères (...) En choisissant librement de se priver de quelque chose pour aider les autres, nous montrons de manière concrète que le prochain en difficulté ne nous est pas étranger. C'est précisément pour maintenir vivante cette attitude d'accueil et d'attention à l'égard de nos frères que j'encourage les paroisses et toutes les communautés à intensifier pendant le Carême la pratique du jeûne personnel et communautaire, en cultivant aussi l'écoute de la Parole de Dieu, la prière et l'aumône. » (Pape François, message pour le Carême)

✓ Quelle est la proposition ?

Un groupe d'adultes de la paroisse s'entraide dans la pratique du jeûne monodîète (*i.e* qui comporte un seul aliment). Pendant sept jours consécutifs il porte en commun dans la prière les grandes intentions de tous.

- **Début du jeûne le dimanche 13 Mars à 20h précises** à l'église de Limay (prévoir 45 mn) : présentation de la dynamique de la semaine, temps d'adoration et prière d'entrée dans le jeûne.
- **Chaque jour** les participants se rejoignent à 20h précises à l'église pour un temps de prière et

d'adoration (silence, chants, parole de Dieu). La prière est conclue par une méditation.

- Après la prière, nous nous dirigeons vers la maison paroissiale pour boire une tisane (à volonté !) et échanger simplement sur ce que nous vivons dans ce jeûne (fin 21h).
- **Chacun reçoit un pain** complet de 600 g qui sert pour dîner... et pour se sustenter le lendemain matin et à midi avec de l'eau (à boire en quantité).

La rupture du jeûne se fait le samedi 19 Mars avec prière à l'église selon l'habitude et action de grâces pour les dons reçus. Puis dîner simple et chaleureux à la maison paroissiale.

- **Une proposition de don pour les chrétiens persécutés** sera faite en sus de la participation aux frais.
- Après une réalimentation progressive, nous demeurons disponibles de corps et d'esprit pour suivre le Christ dans son mystère Pascal !

✓ Qui peut l'entreprendre ?

Toute personne en bon état de santé (hors grossesse et allaitement) et ne souffrant pas d'un manque de poids. Lors de la veillée de lancement, un médecin donnera quelques conseils.

Les personnes sous médicaments voudront bien consulter leur médecin traitant pour savoir si un jeûne est envisageable et comment suivre leur traitement durant cette période.

✓ Et les couples ? Et les mineurs ?

Il est possible d'entreprendre ce jeûne en couple : l'un des deux conjoints se rend à la veillée de prière et rapporte deux pains pour en donner un à celui qui, par exemple, est resté garder les enfants ! Les mineurs, de plus de 16 ans, doivent impérativement joindre une autorisation parentale à leur bulletin d'inscription.

JEÛNE PAROISSIAL

Bulletin d'inscription

à détacher et à renvoyer au secrétariat paroissial
32 rue de l'église – 78520 Limay

avant le lundi 7 Mars 2016

(un bulletin par personne)

Nom :

Prénom :

Adresse :

Mail :

Téléphone :

Date de naissance :

Je me suis assuré(e) que cette pratique du jeûne est compatible avec mon état de santé et je m'engage à y participer sous mon entière responsabilité.

Ci-joint à titre de participation aux frais (achat du pain) mon chèque de 20 € à l'ordre de « Paroisse de Limay-Vexin ».

Je peux apporter chaque soir un thermos de tisane non sucrée :

Date et signature :

Ⓜ Les mineurs de plus de 16 ans doivent impérativement joindre une lettre d'autorisation parentale.

Jeûner et Prier

7 jours

avec un groupe paroissial

du 13 mars au 19 mars 2016

(la semaine avant la semaine sainte)



*« La prière et l'amour du prochain
sont les deux ailes du jeûne
sans lesquelles il ne peut décoller »*

Saint Augustin

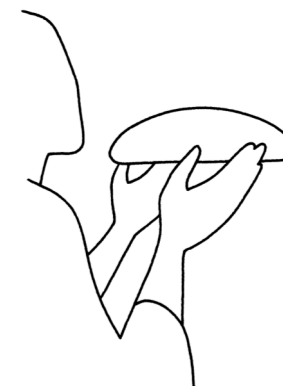
BIENVENUE !

Chacun peut bien sûr choisir un autre jeûne à sa mesure et se joindre aux temps de prières quotidiens. Dans ce cas de figure, il n'est pas nécessaire de remplir un bulletin d'inscription

Paroisse de Limay-Vexin



www.catholiquesmantois.com



*« L'homme ne vit pas
seulement de pain
mais de toute parole qui
sort de la bouche de
Dieu »*

(Luc 4, 1-2.4)

Prier en Carême avec le corps et l'esprit
aux intentions de toute la communauté paroissiale
et de l'Eglise universelle

•
Donner plus de place au pain de la Parole de Dieu

•
S'entraîner au combat spirituel

•
Se laisser libérer pour la justice et la charité
en union avec les chrétiens persécutés