

## **Un Carême pour reprendre Vie, personnellement et ensemble.**

Chacun-e entre à son rythme dans les *moyens personnels proposés* ci-dessous, ou ceux qui lui viendront au cœur. Selon les 3 invitations du Christ : *prie, partage, prends sur toi par amour de l'autre* (jeûne). Cf Évangile du Mercredi des Cendres.

*On se soutient communautairement* : une rencontre de lancement puis des rencontres d'écoute, d'éclairage autant de fois qu'on le désire (cf. calendrier). Même en cours de route !

- 1- Une rencontre de lancement.** Quel sens, quels objectifs, quels moyens pour que notre carême soit *un ressourcement, simple et heureux, dans l'Esprit du Christ.*

Samedi 18 février	16 h	Notre-Dame de la Route
-------------------	------	------------------------

- 2- Temps de partage et de réflexion communautaires pour accompagner la démarche.**

- |   |
|---|
| - Partage sur <i>ce qu'on a essayé de mettre en œuvre</i> : bienfaits, difficultés, questions.<br>- <i>Ou sur une dimension de la vie qu'on aimerait davantage relier au Christ.</i><br>Écoute, éclairages, entraide pour vivre ce carême en accueil du Ressuscité. |
|---|

**Chacun participe aux rencontres qu'il désire, en semaine ou en samedi, à 15 h.**

1 <sup>ère</sup> Semaine de carême - 15 h	
<b>Mardi 28 février</b> Fléac	<b>Samedi 4 mars</b> St-Cybard presbytère
2 <sup>e</sup> Semaine – 15 h	
<b>Jedi 9 mars</b> Notre-Dame de la Route	<b>Samedi 11 mars</b> Fléac
3 <sup>e</sup> Semaine – 15 h	
<b>Mardi 14 mars</b> St-Cybard presbytère	<b>Samedi 18 mars</b> Notre-Dame de la Route
4 <sup>e</sup> Semaine – 15 h	
<b>Jedi 23 mars</b> Fléac	<b>Samedi 25 mars</b> St-Cybard presbytère
5 <sup>e</sup> Semaine – 15 h	
<b>Mardi 28 mars</b> Notre-Dame de la Route	<b>Samedi 1<sup>er</sup> avril</b> Fléac

- 3- Des suggestions pratiques selon 3 invitations du Christ :** *prie, partage, prends sur toi par amour de l'autre...* (Mt 6, 1-6. 16-18 du Mercredi des Cendres).

**1<sup>ère</sup> dimension :** « *Quand tu pries...* »

**Un petit moment avec le Seigneur chaque jour, chaque semaine,** par exemple :

- *Habiter le geste lent d'un signe de croix*, en y mettant du sens, démarrer sa journée en disciple du Christ.
- *Des petits arrêts* pour respirer, reprendre sens au milieu de mes activités
- *Le soir un moment pour me rappeler ce que j'ai vécu :*
  - De quoi remercier le Seigneur ?
  - Qu'ai-je vu, entendu, touché, qui me parle de Sa présence ?
  - Demander pardon de quoi aujourd'hui ?
  - Lui demander quoi pour mieux vivre selon l'évangile demain ?
- *Lire la Parole de Dieu du jour*, lentement, en laissant mon intelligence et mon cœur réagir.
- Lire *un psaume* en y mettant du « je » et Tu... ou mes propres mots...
- Transformer en *prière pour ce monde* ce que j'ai vu, entendu aux actualités, dans les médias. Demander la grâce de quelle attitude, de quel geste ?
- *Prier pour chacun de mes voisins*, ou de mes *collaborateurs ou pour tel pays, tel gouvernant...*

**2e dimension : « Quand tu jeûnes... »**

**Prendre un peu sur soi, par amour de l'autre :** par exemple...

- *Réfréner tel mouvement intérieur envers l'autre :* taire cette parole rude qui sortirait, retourner un jugement négatif... m'obliger à voir ce que Dieu fait en telle personne...
- *Donner un sourire* à celui que je côtoie, même si je n'ai pas le moral ou...
- *Dans la nourriture,* accepter en l'état ce qui n'est pas trop à mon goût en offrant cela pour l'humanité : c'est peu salé, ou peu sucré, ou je ne reprends pas de ceci, ou j'équilibre mieux... *J'offre au Seigneur ce petit acte qui ne se voit pas.*
- *En communion avec ceux qui n'ont pas, de quoi me priver ce jour,* sans perdre la joie ou la force ? Qu'est-ce que j'y découvre de moi, de Dieu ?
- *Consentir à fermer un moment le média* et le remplacer par une rencontre, une écoute directe de quelqu'un, un intérêt à la nature, un temps silencieux devant Dieu, avec Lui.
- *Si j'ai fait du tort ou blessé,* même sans le vouloir, *jeûner de mon petit orgueil, de mon pouvoir :* saluer la personne, oser une parole...

**3e dimension : « Quand tu fais l'aumône... »**

**Partager un peu de ce que je suis, de ce que j'ai, de ce que j'aime :**

- *Donner 1 temps au service* de quelqu'un, ou d'une association, d'un voisin...
- *Apporter une compétence* (laquelle ?) au service de qui ? *Sortir, vers qui ?*
- *Préparer une petite cagnotte* que je donnerai pour une cause ...
- *Proposer un moment convivial :* en famille, en voisinage.
- *Quand j'aime quelque chose* (tel type de détente, de culture, de repas...que je m'apprête à vivre) *inviter quelqu'un à le vivre avec moi.*
- *Apporter un peu de joie, d'espérance, de présence simple* à la famille, à tel ou tel
- *Partager la peine ou la joie de quelqu'un en me rendant présent.*