

✓ 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. Ce 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. » (Benoît XVI, message pour le Carême 2009)

✓ Quelle est la proposition ?

Un groupe d'adultes s'entraide dans la pratique du jeûne monodîète (*i.e* qui comporte un seul aliment) pendant 6 jours consécutifs et porte ensemble dans la prière les grandes intentions de la communauté.

- **Début de la démarche le dimanche 5 mars à 18h30 précises** à l'église Saint-Sulpice de Bailly (prévoir 45 mn) : temps de prière d'entrée dans le jeûne.

- **Chaque jour** (si possible) les participants se rejoignent à 20h précises à Saint-Sulpice de Bailly pour un temps de prière (chants, parole de Dieu et intercession).
- 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.
- **Chacun reçoit un pain** complet de 600 g qui sert pour dîner avec la tisane ... 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 vendredi 10 mars** après la prière par un dîner simple et chaleureux à l'aumônerie, chemin des princes, à côté de la Maternelle Kergomar.
- Il faut envisager une **réalimentation progressive** durant les jours suivants pour ne pas brusquer le corps, et pouvoir poursuivre sagement le chemin du carême.
- **Une proposition de don pour les chrétiens de Terre Sainte** sera faite en sus de la légère participation aux frais.
- Ceux qui ne souhaitent pas vivre l'expérience sur toute la semaine peuvent **s'associer à celle-ci le mercredi** (récupération du pain la veille lors de la prière). Il est évident que **tous les paroissiens peuvent venir aux temps de prière** même s'ils ne jeûnent pas.

✓ Qui peut l'entreprendre ?

Toute personne en bon état de santé physique et psychique (hors grossesse et allaitement) et ne souffrant pas d'un manque de poids. 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.

Il convient de se préparer par une alimentation équilibrée la veille du premier jeûne et de reprendre progressivement une alimentation normale. Notre corps a besoin qu'on le respecte.

✓ 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
7, rue F. Boulin à Bailly
avant le mercredi 22 février
(un bulletin par personne).

Nom :

Prénom :
.....

Adresse :
.....
.....

Mail :
.....

Téléphone :
.....

Date de naissance :
.....

- participera à toute la semaine de jeûne
 participera uniquement le mercredi

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 Bailly-Noisy » (ou 5 euros pour le mercredi seulement).

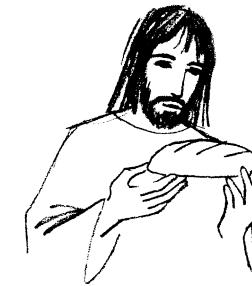
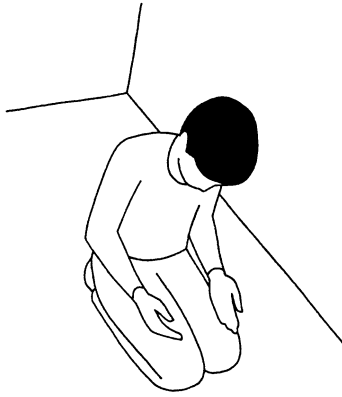
Date et signature :

① Les mineurs de plus de 16 ans doivent impérativement joindre une lettre d'autorisation parentale.

JEÛNER, PARTAGER LE PAIN ET PRIER

5 JOURS

EN PAROISSE



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

(Luc 4, 1-2.4)

du 5 mars soir

au 10 mars soir



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

Saint Augustin

<http://www.paroisse-baillly-noisy.fr>

Redécouvrir à travers mon corps l'unité
de mon être fait pour le désir de Dieu.

•

Prier en Carême 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 de Terre Sainte