

## ✓ Pourquoi jeûner en Carême ?

« La Pâque du Seigneur vient une fois encore jusqu'à nous ! Chaque année, pour nous y préparer, la Providence de Dieu nous offre le temps du Carême. Il est le « signe sacramentel de notre conversion », qui annonce et nous offre la possibilité de revenir au Seigneur de tout notre cœur et par toute notre vie....

.... Le jeûne réduit la force de notre violence, il nous désarme et devient une grande occasion de croissance. D'une part, il nous permet d'expérimenter ce qu'éprouvent tous ceux qui manquent même du strict nécessaire et connaissent les affres quotidiennes de la faim ; d'autre part, il représente la condition de notre âme, affamée de bonté et assoiffée de la vie de Dieu. Le jeûne nous réveille, nous rend plus attentifs à Dieu et au prochain, il réveille la volonté d'obéir à Dieu, qui seul rassasie notre faim.

Je voudrais que ma voix parvienne au-delà des confins de l'Eglise catholique, et vous rejoigne tous, hommes et femmes de bonne volonté, ouverts à l'écoute de Dieu. Si vous êtes, comme nous, affligés par la propagation de l'iniquité dans le monde, si vous êtes préoccupés par le froid qui paralyse les cœurs et les actions, si vous constatez la diminution du sens d'humanité commune, unissez-vous à nous pour qu'ensemble nous invoquions Dieu, pour qu'ensemble nous jeûnions et qu'avec nous vous donniez ce que vous pouvez pour aider nos frères !

J'invite tout particulièrement les membres de l'Eglise à entreprendre avec zèle ce chemin du carême, soutenus par l'aumône, le jeûne et la prière. S'il nous semble parfois que la charité s'éteint dans de nombreux cœurs, cela ne peut arriver dans le cœur de Dieu ! Il nous offre toujours de nouvelles occasions pour que nous puissions recommencer à aimer.

Pape François  
(message de Carême 2018)

## ✓ Quelle est la proposition ?

- **Début du jeûne** le dimanche 31 mars à 19h30 à l'église Saint-Antoine : temps d'adoration et prière d'entrée dans le jeûne.
- Chaque jour du 1<sup>er</sup> au 5 avril, les participants se rejoignent à 20h à Saint-Antoine pour un temps de prière et d'adoration.
- Après la prière, rendez-vous salle ND de Fatima pour recevoir son pain : un pain complet de 600g qui est utilisé pour se nourrir pendant les 24h suivantes (à accompagner d'eau à boire en quantité).
- Ceux qui le souhaitent peuvent échanger autour d'une tisane ce qu'ils vivent dans ce jeûne (fin à 21h).
- **Clôture du jeûne** le samedi 6 avril : temps de prière et de louange de 19h à 20h15 avec « Louons-le » à Saint Antoine ; puis buffet partagé salle ND de Fatima.
- **Une proposition de don** est faite en sus de la participation aux frais.

## ✓ Qui peut l'entreprendre ?

- Tout paroissien de plus de 16ans ;  
A chacun d'adapter la proposition selon son état de santé et ses contraintes personnelles.
- 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.

# JEÛNE PAROISSIAL

## Bulletin d'inscription

à détacher et à renvoyer au secrétariat paroissial  
2 avenue du Dr Schweitzer – 78150 Le Chesnay

Ou par mail : [vieparoissialeduchesnay@gmail.com](mailto:vieparoissialeduchesnay@gmail.com)

**Avant le 18 mars 2019**  
(un bulletin par personne)

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Mail : .....

Téléphone : .....

Date de naissance : .....

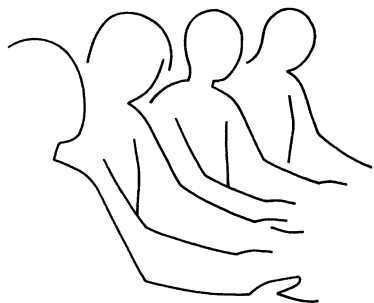
Je me suis assuré(e) que la pratique du jeûne est compatible avec mon état de santé et m'engage à y participer sous mon entière responsabilité.

Ci-joint à titre de participation aux frais (achat du pain) un chèque de 20 € à l'ordre de « Paroisse Le Chesnay »

Je peux apporter chaque soir un thermos d'eau chaude :

Date et signature :

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



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

Saint Augustin

« Et quand vous jeûnez,  
ne prenez pas un air abattu,  
comme les hypocrites :  
ils prennent une mine défaite  
pour bien montrer aux hommes qu'ils  
jeûnent.

Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu  
leur récompense.

Mais toi, quand tu jeûnes,  
parfume-toi la tête et lave-toi le visage ;  
ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des  
hommes,  
mais seulement de ton Père qui est présent  
au plus secret ;  
ton Père qui voit au plus secret  
te le rendra. »

Mt 6, 16-18

[www.paroisselechesnay.com](http://www.paroisselechesnay.com)

Quelques témoignages des jeûnes précédents :

*« Un moment de partage et de prière en couple  
inoubliable. Un recul vis-à-vis des petites choses  
de la vie qui vous encombrent le quotidien.  
Beaucoup d'émotion (...) Merci infiniment ».*

Une maman de 47 ans

*« Une occasion de se recentrer sur l'essentiel, de  
se retrouver soi-même, d'aller à la rencontre de  
Dieu et des autres de manière plus intense ».*

Une étudiante de 17 ans

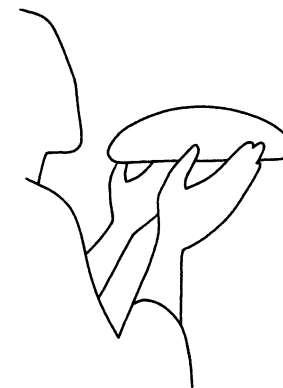
*« Portés par cette communauté priante et  
solidaire, nous avons trouvé l'apaisement ».*

Un couple de 71 et 80 ans



## **Jeûner et Prier pendant 6 jours**

**avec la communauté paroissiale  
du 31 mars au 6 avril 2019**



*« 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**

**Se nourrir de la Parole de Dieu  
Faire l'expérience du manque  
Pour se tourner vers Dieu et vers les autres**