



PAROISSE DU BON PASTEUR

Année C

2 mars 2025

Le jeûne

Le cœur du jeûne, son sens premier concerne la nourriture dont on se prive. Le jeûne de nourriture, en particulier pendant le temps de carême, a une signification profonde qui touche à la fois le corps, l'esprit et l'âme. Le jeûne implique notre personne entière de manière profonde, réelle, et complète dans la vie spirituelle. Pratiqué avec discernement, le jeûne de nourriture peut aiguïser l'esprit, maintenir et renforcer à la fois la vigilance et la concentration. Voici pourquoi il est important de préserver cet aspect de notre vie chrétienne :

1. **Dimension spirituelle** : le jeûne est un acte de renoncement volontaire qui rappelle que « *L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu* » (Mt 4,4). En réduisant l'attention portée à la nourriture, on ouvre davantage d'espace pour la prière et la méditation. C'est une façon de dire à Dieu : « *Tu es plus important que mes besoins matériels.* »
2. **Maîtrise de soi** : le jeûne nous enseigne la discipline. En choisissant de limiter notre alimentation, nous exerçons notre volonté sur nos instincts. Cette maîtrise peut ensuite s'étendre à d'autres aspects de la vie, comme la patience, la bienveillance ou la gestion des émotions.
3. **Solidarité avec les plus démunis** : jeûner nous sensibilise à la faim que vivent de nombreuses personnes chaque jour. Les économies faites grâce au jeûne peuvent être partagées avec ceux qui sont dans le besoin, incarnant ainsi la charité chrétienne.
4. **Purification intérieure** : comme le corps se purifie pendant un jeûne physique, l'âme peut aussi entrer dans un processus de purification. Se priver de nourriture est le signe des efforts consentis pour nous débarrasser de ce qui encombre le cœur : égoïsme, rancunes, distractions.
5. **Participation au mystère pascal** : le jeûne est un chemin de dépouillement qui nous unit au Christ dans sa Passion. Il prépare notre cœur à la joie de la Résurrection, car après la privation vient l'abondance de la vie nouvelle.

Oui ! Notre sainte Mère l'Eglise nous invite à jeûner de nourriture. Et dans sa sainte pédagogie, elle nous enseigne que :

- le jeûne doit toujours être pratiqué avec sagesse. C'est-à-dire qu'il doit être adapté à notre état de vie, à nos forces physiques et à nos responsabilités ;
- Chacun doit trouver un équilibre entre l'effort et la prudence, sans mettre en danger sa santé ni compromettre ses obligations familiales et professionnelles.

Le jeûne peut aussi prendre d'autres formes (jeûne des distractions, des paroles inutiles...). Ce sera l'objet d'un autre échange avec vous. Saint et bon Carême !

« Que dois-je faire des rameaux bénis l'année dernière ? »

° Selon le Code de droit canonique, les objets bénis ne doivent pas être jetés à la poubelle, mais traités avec respect cf. no1171 : « *Les choses sacrées qui sont destinées au culte divin par une dédicace ou une bénédiction seront traitées avec respect et ne seront pas employées à un usage profane ou impropre, même si elles sont la propriété de personnes privées* ».

° La plupart des sacramentaux, comme les rameaux, peuvent être brûlés ou enterrés afin de les éliminer correctement. Cette façon de procéder honore leur rôle sacré et les renvoie à la terre d'une manière digne.

° **Selon la Tradition de Notre saint mère l'Eglise, les prêtres encouragent les fidèles à déposer leurs rameaux à l'église afin qu'ils puissent les brûler et en faire des cendres pour le mercredi des Cendres. De cette façon, l'année liturgique garde un lien avec la précédente et rien ne se perd. Vous pouvez déposer vos rameaux à l'église dans un panier disposé à cet effet**

La Semaine Paroissiale

Durant la période des vacances scolaires, il n'y aura pas de Catéchisme, ni Pause et d'Ecrivains Publics pendant les vacances scolaires

Lundi	3	18h	Chapelet
Jeudi	6	18h	Adoration : Prier devant le Saint Sacrement

Messe des Familles : Les Dimanches 16 mars - 6 avril et 18 mai

Le Temps de Carême 2025

- Rappel : Messe du mercredi des Cendres 5 mars à 19h
- Chemin de Croix tu temps de carême tous les vendredis à 17h30
- Entrée en catéchumenat des jeunes le dimanche 9 mars
- Confession tous les dimanches à 9h30 et aux horaires habituels

Pèlerinage à Lisieux : Samedi 31 mai, n'oubliez de nous retourner vos bulletins de participation avant le 20 mars.

- **Visites des malades**

Toutes personnes intéressées par cet apostolat sont priées de contacter la Paroisse ou Le Père François Xavier