

# Les trois mots du Carême

- **Le jeûne** est une privation de nourriture (ou de quelque chose qui est nécessaire ou agréable), destinée à donner plus de temps aux autres et à Dieu dans sa vie.

- **L'aumône ou partage**, c'est le don de ce que l'on possède (argent, temps).

- **La prière** est un dialogue avec Dieu. C'est lui parler avec confiance, lui dire merci, lui demander de l'aide.

**On retrouve ces 3 mots dans l'évangile du Mercredi des Cendres :**

*Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu*

*Mt 6, 1-6, 16-18*

En ce temps-là,

Jésus disait à ses disciples :

« Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer.

Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous auprès de votre Père qui est aux cieux.

Ainsi, quand tu fais l'aumône, ne fais pas sonner la trompette devant toi, comme les hypocrites qui se donnent en spectacle dans les synagogues et dans les rues, pour obtenir la gloire qui vient des hommes. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite, afin que ton aumône reste dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra.

Et quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites : ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra.

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.

## Regardons de plus près l'évangile du Mercredi des Cendres

Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu

Mt 6, 1-6, 16-18

En ce temps-là,  
Jésus disait à ses disciples :  
« Ce que vous faites pour devenir des justes,  
évittez de l'accomplir devant les hommes  
pour vous faire remarquer.  
Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous  
auprès de votre Père qui est aux cieux.

Ainsi, quand tu fais l'aumône,  
ne fais pas sonner la trompette devant toi,  
comme les hypocrites qui se donnent en spectacle  
dans les synagogues et dans les rues,  
pour obtenir la gloire qui vient des hommes.  
Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense.  
Mais toi, quand tu fais l'aumône,  
que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite,  
afin que ton aumône reste dans le secret ;  
ton Père qui voit dans le secret  
te le rendra.

Et quand vous priez,  
ne soyez pas comme les hypocrites :  
ils aiment à se tenir debout  
dans les synagogues et aux carrefours  
pour bien se montrer aux hommes  
quand ils prient.  
Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense.  
Mais toi, quand tu pries,  
retire-toi dans ta pièce la plus retirée,  
ferme la porte,  
et prie ton Père qui est présent dans le secret ;  
ton Père qui voit dans le secret  
te le rendra.

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.

INTRODUCTION : conseils de Jésus

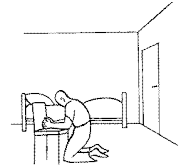
1<sup>ère</sup> partie : L'AUMÔNE  
pas comme ça

mais comme ça



2<sup>ème</sup> partie : LA PRIÈRE  
pas comme ça

mais comme ça



3<sup>ème</sup> partie : LE JEÛNE  
pas comme ça

mais comme ça



*40 jours de Carême pour mettre en pratique ces 3 mots*

**Qu'est-ce que je peux faire ?**

**AUMÔNE** : qu'est-ce que je peux donner ? du temps, de l'amitié, de la joie, du service, de l'argent...

.....

**PRIÈRE** : prendre du temps avec Dieu ? la prière, la messe, la lecture de la Parole de Dieu, le silence...

.....

**JEÛNE** : je me prive ? de mes jeux-vidéo, de gourmandises, de nourriture, de télé...

.....