



# 1<sup>er</sup> dimanche du Carême

Matthieu 4,1-11

« Après avoir jeûné quarante jours et quarante nuits, il eut faim ».

Jeûner pendant 40 jours et 40 nuits n'est pas chose facile. Pourtant, nous y sommes conviés chaque année. Nous laissons de côté les choses qui nous éloignent de Dieu, consacrons du temps à la prière pour renforcer notre relation avec Dieu et faisons l'aumône. Faire l'aumône signifie donner de notre temps, de nos talents et de nos biens à celles et ceux qui sont dans le besoin, afin de contribuer à bâtir le royaume de Dieu.

Il est facile de vivre sur le pilote automatique sans vraiment réfléchir à ce que nous faisons. Cela dit, nous devons parfois nous rappeler pourquoi et comment nous faisons les choses. Nous devons également, à l'occasion, prendre un peu de recul face au quotidien afin de réfléchir et de nous reconnecter avec celles et ceux qui comptent pour nous.

Profiter de la période du Carême pour prier, simplifier nos vies et partager avec celles et ceux qui nous entourent peut aussi nous aider à « débrancher » le pilote automatique et à devenir plus conscients de nos choix. Jésus est là pour nous encourager quand nous sommes tentés d'oublier nos engagements de Carême.

Cette année, portons une attention particulière à nos choix car ils touchent notre Terre Mère et nos sœurs et frères avec qui nous partageons cette maison commune. Choisir la commodité plutôt que la durabilité peut être facile, mais nos choix faciles imposent à la Création des coûts grandissants qui ne peuvent plus être ignorés.

En choisissant votre défi de Carême, pensez à remplacer une vieille habitude par une nouvelle, à faire de votre défi un engagement positif envers Dieu et envers celles et ceux qui vous entourent. Cela pourrait avoir un impact dans votre vie au-delà des 40 jours du Carême ! Si vous n'avez pas l'habitude de prier tous les jours, commencez avec cinq minutes par jour comme engagement de Carême. Pour ce qui est du jeûne, vous pourriez sacrifier un aliment que vous aimez, ou vous engager à changer les emballages jetables au profit d'emballages réutilisables pour votre lunch. Finalement, pour l'aumône, vous pourriez partager votre allocation avec des gens qui vivent dans la pauvreté, soit via Développement et Paix, ou la Société Saint-Vincent-de-Paul de votre localité.

Comment le Christ souhaite-t-il que nous vivions dans le monde ? Comment pouvons-nous suivre son exemple ? Chercher à répondre à ces questions, voilà ce que signifie le Carême.

---

## Questions de discussion :

- **Que pouvons-nous faire, en tant que famille, pour être à l'écoute de Jésus ?**
- **Comment pouvons-nous nous entraider dans notre cheminement tout au long du Carême ?**

Apprenez, priez ou agissez chaque jour du Carême en suivant le Calendrier de la solidarité de Développement et Paix : [devp.org/calendriercareme](http://devp.org/calendriercareme).