



Pour débiter...

- Choisir un endroit calme où chacun se sentira bien (salon, chambre, jardin,...).
- Apporter un objet et/ou poser un geste qui aide(nt) à penser à Jésus (par exemple : déposer une petite croix, une bible, allumer une bougie...).
- Vous êtes invités à suivre la proposition de la fiche ou à l'aménager (par exemple : ajouter quelques instants de silence ou un chant que vous connaissez ou encore une prière spontanée pour un membre de la famille). Au début, vous pouvez peut-être n'utiliser qu'une partie de la fiche.
- Vous pouvez toujours terminer par un signe de croix et ajouter une parole de bénédiction (par exemple : *Que le seigneur nous bénisse et nous garde !*).
- Chaque fiche est basée sur l'Évangile d'un dimanche mais on peut prier un autre jour !



1. Préparons-nous !

Pour entrer dans le silence et dans la prière, chantons ensemble :

[Écoute sur un smartphone \(taper le titre dans Google pour écouter\) :](#)

[🎵 Convertissez vous et croyez à l'Évangile -Antoine youtube
Geneviève Fraselle et Martial Host](#)



Refrain : Jésus dit "Le temps est accompli",
Le Royaume de Dieu est tout proche,
Convertissez-vous et croyez à l'Évangile.
Convertissez-vous et croyez à l'Évangile.

Entrons dans le silence et la prière, traçons un beau signe de croix en disant ensemble :
Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit !
Amen

2. Écoutons la Parole de Dieu !

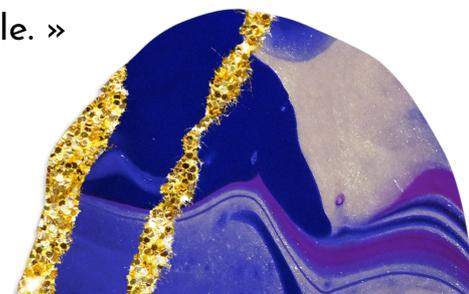
Si vous le pouvez, écoutez le récit avec le lien ci-dessous ou QR code

[Évangile de Jésus Christ selon saint Marc \(Mc 1, 14-20\)](#)



En ce temps-là, Jésus venait d'être baptisé par Jean.
Aussitôt l'Esprit pousse Jésus au désert et, dans le désert, il resta quarante jours,
tenté par Satan. Il vivait parmi les bêtes sauvages, et les anges le servaient.

Après l'arrestation de Jean,
Jésus partit pour la Galilée proclamer l'Évangile de Dieu ;
il disait : « Les temps sont accomplis : le règne de Dieu est tout proche.
Convertissez-vous et croyez à l'Évangile. »





www.evangelie-et-peinture.org www.bernalopez.org

“Aussitôt l’Esprit pousse Jésus au désert.”

Jésus,
tu te retires du monde pendant 40 jours pour être plus proche
de ton Père.

Que ce temps de carême qui nous est donné nous rende aussi
plus proche de Toi et de ton Père.

4. Répondons avec le cœur !

Après quelques instants de silence,
nous pouvons parler à Jésus lentement à haute voix :

Jésus,
quarante jours nous séparent de la grande fête de Pâques,
Quarante jours pour me rapprocher de Toi et de ton Père,
et pour me préparer à la joie de ta résurrection.
Accompagne-moi sur ce chemin,
ouvre mon cœur à ton amour,
pour mieux aimer ceux qui m’entourent.
Et en enfant de Dieu, je redis cette prière que tu nous as laissée.

*Notre Père, qui es aux cieux,
Que ton nom soit sanctifié ;
Que ton règne vienne ;
que ta volonté soit faite sur la terre
comme au ciel.
Donne-nous aujourd’hui notre pain de ce
jour.
Pardonne-nous nos offenses,
comme nous pardonnons aussi à ceux qui
nous ont offensés.
Et ne nous laisse pas entrer en tentation,
mais délivre-nous du mal. Amen.»*

5. Dieu se donne, donnons-nous !

*En ce premier dimanche de carême,
nous pourrions passer un petit moment en famille
pour voir ensemble comment vivre ce temps.*

Quelques questions à se poser pour nous y aider...

- **Comment pouvons-nous, ensemble ou chacun de notre côté, prévoir de petits “rendez-vous prière” à l’occasion du début du Carême ?**
- **Comment devenir plus attentifs au partage et au service avec nos proches en famille ou à l’école et au travail ?**
- **Comment mettre un frein aux paroles blessantes trop facilement prononcées ?**
- **Comment penser de plus en plus à demander pardon et à pardonner ?**

*Peut-être en demandant de l’aide à Jésus quand
c’est un peu difficile...*

Pour les adultes

Le mot carême vient d’un mot latin qui signifie 40. En effet, il y a 40 jours entre le début du carême qui s’appelle - le mercredi des cendres - et le jour de Pâques (dimanches non compris). C’est un temps qui nous est donné pour nous convertir, nous tourner vers Dieu. Trois moyens nous sont offerts : la prière, le partage et le jeûne. Le jeûne n’est pas qu’alimentaire, il s’agit aussi de se priver de quelque chose qui nous éloigne de Dieu, qui égratigne notre relation à Lui.

Une initiative du service de la catéchèse liée à l’initiation chrétienne
Diocèse de Tournai