



## VIVRE "LAUDATO SI" CARÊME 2023

" Vivre notre vocation à être les protecteurs de l'œuvre de Dieu est essentiel à une vie de vertu ; ce n'est pas un aspect facultatif ou secondaire de notre expérience chrétienne. " (LS 217)

### Février

**22 Mercredi des Cendres** Rappelez-vous que vous êtes de la poussière - de la poussière d'étoile - faite de la même matière que toute la création !

**23** Planifiez la lecture de « Laudato Si »' pour le Carême - il vous suffit de lire cinq sections numérotées par jour !

**24** Procurez-vous une plante en pot dont vous prendrez particulièrement soin pendant le Carême.

**25** Prenez quelques instants pour respirer profondément et prendre conscience de la communion de l'air partagée par toutes les choses qui respirent.

"Nous n'avons qu'un seul cœur, et la même misère qui nous pousse à maltraiter un animal ne tardera pas à se manifester dans notre relation avec les autres personnes." (LS 92)

**26 Premier dimanche de Carême** Ecoutez le silence : éteignez les iPhones, la télévision, la radio, l'ordinateur. Passez du temps dehors à écouter les sons de la création.

**27** Priez pour les personnes les plus touchées par le changement climatique - celles qui vivent dans la pauvreté.

**28** Essayez cette semaine de ne pas utiliser un seul produit plastique jetable.

### Mars

**1** Organisez un dîner simple à base de soupe et de pain avec votre communauté et regardez ensemble une vidéo écologique.

**2** Passez un peu de temps avec un animal. Comment est-ce une prière pour vous ?

**3** Abstenez-vous aujourd'hui d'un esprit qui désespère de faire face aux changements climatiques.

**4** Nettoyez le filtre à charpie de votre sèche-linge après chaque utilisation - cela peut réduire considérablement sa consommation d'énergie.

"La spiritualité chrétienne... encourage un style de vie prophétique et contemplatif, capable d'une jouissance profonde, libre de l'obsession de la consommation." (LS 222)

**5 Deuxième dimanche de Carême** Pratiquez le plaisir profond - savourez lentement un morceau de chocolat fin, un verre de vin, une respiration profonde.

**6** Priez pour les personnes les plus touchées par le changement climatique - les espèces animales qui perdent leur habitat.

**7** Avez-vous déjà mentionné un péché écologique en confession ?

**8** Priez pour les personnes les plus touchées par le changement climatique - les enfants des générations futures qui paieront le prix de notre égoïsme aujourd'hui.

**9** Vérifiez votre café, votre thé - sont-ils issus du commerce équitable ? C'est bon pour les travailleurs, bon pour la Terre.

**10** Faites un don à une organisation environnementale.

**11** Incluez un message écologique, peut-être une citation de « Laudato Si », dans la signature de vos courriels.

"Une fois que nous commençons à penser au genre de monde que nous laissons aux générations futures, nous regardons les choses différemment ; nous réalisons que le monde est un don que nous avons reçu gratuitement et que nous devons partager avec les autres." (LS 159).

**12 Troisième dimanche de Carême** Faites le tour de votre lieu de culte aujourd'hui et cherchez comment il pourrait être plus "vert".

**13** Faites une sieste ; allez-vous promener. Prendre soin de soi fait aussi partie de l'écologie intégrale !

**14** Écrivez sur une question écologique qui vous tient à cœur.

**15** Combien de voyages en voiture faites-vous par semaine ? Essayez de le réduire d'un seul trajet pour chaque semaine restante du Carême.

**16** Baissez votre thermostat de quelques degrés et priez pour ceux qui n'ont pas facilement accès à l'énergie.

**17** Fête de la Saint-Patrick - Savourez un pain, jus de fruit et réfléchissez à la générosité des personnes qui ont participé à la fabrication de ce pain.

**18** Faites un acte de contrition aujourd'hui pour les façons dont vous avez nui à la Terre, notre maison commune.

"Apprendre à accepter notre corps, à en prendre soin et à respecter sa signification la plus complète, est une partie essentielle de toute écologie authentique." (LS155).

**19 Quatrième dimanche de Carême** Faites une promenade dans votre quartier. Connaissez-vous vos voisins ? Pas seulement les Hommes, mais aussi les arbres, les plantes, les oiseaux, les animaux, les plans d'eau. Rencontrez-en certains que vous ne connaissez pas.

**20** Solennité de saint Joseph "Joseph aussi peut nous apprendre à faire preuve de sollicitude ; il peut nous inciter à travailler avec générosité et tendresse à la protection de ce monde que Dieu nous a confié." (LS 242)

**21** Journée mondiale de la poésie Lire un poète de la nature.

**22** Journée mondiale de l'eau Buvez un verre d'eau en vous souvenant des eaux de votre naissance et de votre baptême.

**23** Utilisez uniquement de l'eau froide et un détergent biodégradable pour la lessive.

**24** Mort de l'archevêque Oscar Romero (+1980) qui a dit : "Ceux qui ont une voix doivent parler pour ceux qui sont sans voix." Comment parlons-nous de ceux qui sont les « sans voix » de la Terre ?

**25** Fête de l'Annonciation "Dans le corps glorifié de Marie, une partie de la création a atteint la plénitude de sa beauté... nous pouvons donc lui demander de nous rendre capables de regarder ce monde avec des yeux de sagesse." (LS 241)

"Il y a une noblesse dans le devoir de prendre soin de la création par de petits gestes quotidiens, et il est merveilleux de voir comment l'éducation peut entraîner de réels changements dans le style de vie." (LS 211)

**26 Cinquième dimanche de Carême** Allumez une bougie et réfléchissez aux paroles de la martyre de l'Amazonie : Sr. Dorothy Stang, Sœur de Notre Dame de Namur, "J'allume une bougie et je regarde Jésus sur la croix et je demande la force de porter la souffrance du peuple, la souffrance de la Terre".

**27** Prenez la résolution de ne rien acheter de nouveau cette semaine, sauf les produits essentiels comme la nourriture.

**28** Les catastrophes naturelles créent le chaos social qui favorise la traite des êtres humains. Agir pour la justice climatique, c'est lutter contre la traite des êtres humains.

**29** Assurez-vous que vos chocolats de Pâques sont issus du commerce équitable.

**30** Priez pour les personnes les plus touchées par le changement climatique - les millions de pêcheurs dans le monde dont les moyens de subsistance sont détruits par le réchauffement et l'acidification des océans.

**31** Vérifiez la pression de vos pneus. Les pneus à faible pression consomment plus d'essence par kilomètre.

## **Avril**

**1** Priez pour les personnes les plus touchées par le changement climatique - celles qui souffrent de la chaleur extrême et de la mauvaise qualité de l'air.

"La Vie éternelle sera une expérience partagée d'émerveillement, dans laquelle chaque créature, resplendissante et transfigurée, prendra sa juste place et aura quelque chose à donner à ces pauvres hommes et femmes qui auront été libérés une fois pour toutes." (LS 243)

**2 Dimanche des Rameaux** Planifiez votre menu pour la Semaine Sainte. Choisissez autant de repas sans viande que possible ; consommez autant d'aliments biologiques et produits localement que possible.

**3** Parlez à un ami, un membre de votre famille, un collègue de travail de ce que cela a signifié pour vous de vivre le Carême avec « Laudato Si ».

**4** Priez pour les personnes les plus touchées par le changement climatique - les agriculteurs dont les moyens de subsistance sont détruits par les changements de saison irréguliers.

**5**-Réfléchissez à la façon dont nous, les hommes, avons trahi nos semblables par notre consommation égoïste.

**6** Jeudi saint Soyez conscients, en mangeant aujourd'hui, que chaque repas est une sainte communion.

**7** Vendredi saint "Jésus est entré dans le cosmos créé, jetant son sort avec lui, jusqu'à la croix". (LS 99)

**8** Samedi saint Allumez une bougie et renouvez votre engagement envers la vision de « Laudato Si ».

**9** Dimanche de Pâques "Chantons en chemin. Que nos luttes et nos préoccupations pour cette planète n'enlèvent jamais la joie de notre espérance." (LS 244)

Du Bureau de la Paix, de la Justice et de l'Intégrité Ecologique,  
Sœurs de la Charité de Saint Elizabeth, Convent Station, NY  
Rédacteur : Fr. Terrence Moran Mise en page : Donna Sartor  
tmoran@scnj.org