

## PAROISSE SAINT PAUL DES 4 VENTS **FEUILLE PAROISSIALE**



### Écouter et jeûner. Le Carême comme temps de conversion

Chers frères et sœurs !

Le Carême est le temps où l'Église, avec une sollicitude maternelle, nous invite à remettre le mystère de Dieu au centre de notre vie, afin que notre foi retrouve son élan et que notre cœur ne se disperse pas entre les inquiétudes et les distractions quotidiennes.

Tout cheminement de conversion commence lorsque nous nous laissons rejoindre par la Parole et que nous l'accueillons avec docilité d'esprit. Il existe donc un lien entre le don de la Parole de Dieu, l'espace d'hospitalité que nous lui offrons et la transformation qu'elle opère.

#### **Écouter**

Cette année, je voudrais attirer l'attention, en premier lieu, sur l'importance de laisser place à la Parole à travers l'écoute, car **la disposition à écouter est le premier signe par lequel se manifeste le désir d'entrer en relation avec l'autre.**

Dieu Lui-même, se révélant à Moïse depuis le buisson ardent, montre que l'écoute est un trait distinctif de son être : « J'ai vu la misère

de mon peuple qui est en Égypte, et j'ai entendu ses cris » (Ex 3, 7). L'écoute du cri de l'opprimé est le début d'une histoire de libération dans laquelle le Seigneur implique également Moïse, en l'envoyant ouvrir une voie de salut à ses enfants réduits en esclavage.

Un Dieu engageant nous rejoint aujourd'hui aussi avec des pensées qui font vibrer son cœur. Pour cela, **l'écoute de la Parole dans la liturgie nous éduque à une écoute plus authentique de la réalité** : parmi les nombreuses voix qui traversent notre vie personnelle et sociale, les Saintes Écritures nous rendent capables de reconnaître celle qui s'élève de la souffrance et de l'injustice, afin qu'elle ne reste pas sans réponse. Entrer dans cette disposition intérieure de réceptivité c'est se laisser instruire aujourd'hui par Dieu à écouter comme Lui, jusqu'à reconnaître que « la condition des pauvres est un cri qui, dans l'histoire de l'humanité, interpelle constamment notre vie, nos sociétés, nos systèmes politiques et économiques et, enfin et surtout, l'Église ».

## Jeûner

Si le Carême est un temps d'écoute, le jeûne constitue une pratique concrète qui dispose à l'accueil de la Parole de Dieu. **L'abstinence de nourriture est, en effet, un exercice ascétique très ancien et irremplaçable dans le chemin de conversion.** Précisément parce qu'il implique le corps, il rend plus évident ce dont nous avons "faim" et ce que nous considérons comme essentiel à notre subsistance. Il sert donc à discerner et à ordonner les "appétits", à maintenir vigilant la faim et la soif de justice en les soustrayant à la résignation, en les éduquant pour qu'ils deviennent prière et responsabilité envers le prochain.



Saint Augustin, avec finesse spirituelle, laisse entrevoir la tension entre le temps présent et l'accomplissement futur qui traverse cette garde du cœur, lorsqu'il observe que : **« Au cours de la vie terrestre, il appartient aux hommes d'avoir faim et soif de justice, mais en être rassasiés appartient à l'autre vie. Les anges se rassasient de ce pain, de cette nourriture. Les hommes, en revanche, en ont faim, ils sont tous tendus vers le désir de celui-ci. Cette tension dans le désir dilate l'âme, augmente sa capacité ».** Le jeûne, compris dans ce sens, nous permet non seulement de discipliner le désir, de le purifier et de le rendre plus libre, mais aussi de l'élargir de manière à ce qu'il se tourne vers Dieu et s'oriente à accomplir le bien.



Seigneur parce que « personne ne jeûne vraiment s'il ne sait pas se nourrir de la Parole de Dieu ». En tant que signe visible de notre engagement intérieur à nous soustraire, avec le soutien de la grâce, au péché et au mal, le jeûne doit également inclure d'autres formes de privation visant à nous faire acquérir un mode de vie plus sobre, car « c'est l'austérité seule qui rend authentique et forte notre vie chrétienne ».

**Je voudrais donc vous inviter à une forme d'abstention très concrète et souvent peu appréciée, celle des paroles qui heurtent et blessent le prochain.** Commençons par désarmer le langage en renonçant aux mots tranchants, aux jugements hâtifs, à médire de qui est absent et ne peut se défendre, aux calomnies. Efforçons-nous plutôt d'apprendre à mesurer nos paroles et à cultiver la gentillesse : au sein de la famille, entre amis, dans les lieux de travail, sur les réseaux sociaux, dans les débats politiques, dans les moyens de communication, dans les communautés chrétiennes. Alors, nombre de paroles de haine laisseront place à des paroles d'espoir et de paix.

Je vous bénis de tout cœur ainsi que votre cheminement de Carême.

*Pape Léon XIV*





## JEUDIS D'ADORATION AU CENTRE SAINT PAUL



**Tous les jeudis de 8h à 18h à l'Oratoire du CSP** la Communauté Reine de la Paix assure l'adoration le matin et les paroissiens l'après-midi. Vous pouvez choisir un créneau horaire entre 12h à 18h auprès du secrétariat.

**05 mars - adoration jusqu'à 22h**

**PAS D'ADORATION PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES**

## EVEIL À LA FOI



**Les enfants de 3 à 7 ans sont invités à vivre une expérience d'Eglise lors d'un temps de foi adapté à leur âge et accompagnés de leurs parents.**

*Rencontre de 16h30 à 17h30 au Centre Paroissial Saint-Paul, le samedi :*

• **28 mars 2026**

+ d'infos : [sp4v.eveil@gmail.com](mailto:sp4v.eveil@gmail.com)

## GROUPE DE PRIÈRE REINE DE LA PAIX



Prochaines rencontres :  
**Mardi 3, 17 et 31 mars à 19h30 au CSP.**

## SOIRÉES : LE MYSTÈRE DE L'EUCCHARISTE

**4 et 25 mars 19h30**  
au Centre Saint Paul



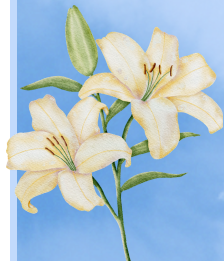
La Communauté Catholique Reine de la Paix vous invite au

## Triduum de Saint Joseph

**16-18 mars à 17H30 au CSP**

**Messe de la Solennité  
de Saint Joseph**

**19 mars à 18h30 au CSP**



## PAROLE ET GESTE

Rencontre **le 6 mars à 14h au CSP.**

*De tout notre cœur,  
notre corps et notre  
intelligence.*



## CHEMIN DE CROIX

Les vendredis de carême à 15h

06 Mars - Bonnefamille

13 Mars - Frontonas

20 Mars - Four

27 Mars - Vaulx-Milieu

03 Avril - La Verpillière





# Prière de saint Anselme



Seigneur mon Dieu, donne à mon cœur de te désirer ;  
en te désirant, de te chercher ;  
en te cherchant, de te trouver ;  
en te trouvant, de t'aimer ;  
et en t'aimant, de racheter mes fautes ;  
et une fois rachetées, de ne plus les commettre.

Seigneur mon Dieu, donne à mon cœur la pénitence, à  
mon esprit le repentir, à mes yeux la source des larmes, et  
à mes mains la largesse de l'aumône.

Toi qui es mon Roi, éteins en moi les désirs de la chair, et  
allume le feu de ton amour.

Toi qui es mon Rédempteur, chasse de moi l'esprit  
d'orgueil, et que ta bienveillance m'accorde l'esprit de ton  
humilité.

Toi qui es mon Sauveur, écarte de moi la fureur de la  
colère, et que ta bonté me concède le bouclier de la  
patience.

Toi qui es mon Créateur, déracine de mon âme la rancœur,  
pour y répandre la douceur d'esprit.

Donne-moi, Père très bon, une foi solide, une espérance  
assurée et une charité sans faille.

Toi qui me conduis, écarte de moi la vanité de l'âme,  
l'inconstance de l'esprit, l'égarement du cœur, les  
flatteries de la bouche, la fierté du regard.

Ô Dieu de miséricorde, je te le demande par ton Fils bien-  
aimé, donne-moi de vivre la miséricorde, l'application à la  
piété, la compassion avec les affligés, et le partage avec  
les pauvres.

Ainsi soit-il.





| MARS     |                                                                      |                                                                                                                              |
|----------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 03 et 05 | MARDI et JEUDI                                                       | 18H30 - BONNEFAMILLE                                                                                                         |
| 04       | MERCREDI                                                             | 9H - VILLEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                           |
| 06       | VENDREDI                                                             | 12H15 - VILLEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                        |
| 07       | SAMEDI                                                               | 9H - LA VERPILLIERE                                                                                                          |
| 07<br>08 | <b>SAMEDI</b><br><b>3<sup>ème</sup> DIMANCHE</b><br><i>de Carême</i> | <b>18H30 - VAULX-MILLIEU</b><br><b>10H30 - CENTRE SAINT PAUL</b><br><b>18H30 - L'ISLE D'ABEAU</b>                            |
| 10 et 12 | MARDI et JEUDI                                                       | 18H30 - BONNEFAMILLE                                                                                                         |
| 11       | MERCREDI                                                             | 9H - VILLEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                           |
| 13       | VENDREDI                                                             | 12H15 - VIEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                          |
| 14       | SAMEDI                                                               | 9H - LA VERPILLIÈRE                                                                                                          |
| 14<br>15 | <b>SAMEDI</b><br><b>4<sup>ème</sup> DIMANCHE</b><br><i>de Carême</i> | <b>18H30 - FOUR</b><br><b>10H30 - CENTRE SAINT PAUL</b><br><b>18H30 - L'ISLE D'ABEAU</b>                                     |
| 17       | MARDI                                                                | 18H30 - BONNEFAMILLE                                                                                                         |
| 18       | MERCREDI                                                             | 9H - VILLEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                           |
| 19       | <b>JEUDI</b><br><i>Solennité de Saint Joseph</i>                     | <b>18H30 - CENTRE SAINT PAUL</b>                                                                                             |
| 20       | VENDREDI                                                             | 12H15 - VILLEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                        |
| 21       | SAMEDI                                                               | 9H - LA VERPILLIERE                                                                                                          |
| 21<br>22 | <b>SAMEDI</b><br><b>5<sup>ème</sup> DIMANCHE</b><br><i>de Carême</i> | <b>18H30 - FRONTONAS</b><br><b>10H30 - CENTRE SAINT PAUL</b><br><b>18H30 - L'ISLE D'ABEAU</b>                                |
| 24 et 26 | MARDI et JEUDI                                                       | 18H30 - BONNEFAMILLE                                                                                                         |
| 25       | MERCREDI                                                             | 9H - VILLEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                           |
| 27       | VENDREDI                                                             | 12H15 - VILLEFONTAINE (VIEUX-VILLAGE)                                                                                        |
| 28       | SAMEDI                                                               | 9H - LA VERPILLIERE                                                                                                          |
| 28<br>29 | <b>SAMEDI</b><br><br><b>DIMANCHE des</b><br><i>Rameaux</i>           | <b>17H - L'ISLE D'ABEAU (PRÉSIDIÉE PAR MGR EYCHENE)</b><br><b>18H30 - LA VERPILLIÈRE</b><br><b>10H30 - CENTRE SAINT PAUL</b> |

## PROGRAMME DE CARÊME 2026

Pour connaître le programme de carême de notre paroisse, cliquez sur le lien ou scannez le QR-code.



[sp4v.fr/careme2026](http://sp4v.fr/careme2026)



## ACCUEIL AU CENTRE SAINT PAUL

**Lundi, Mardi, Jeudi et Vendredi**  
10h-12h et 15h-17h  
**Mercredi et Samedi**  
10h-12h

1 carré Léon Blum, Villefontaine

09 77 31 94 15 [sp4v.fr](http://sp4v.fr)

[facebook.com/paroissesp4v](https://facebook.com/paroissesp4v)

# SEMAINE SAINTE 2026

---

## > **Dimanche des Rameaux**

**Samedi 28/03**

- 17h - L'Isle d'Abeau (Pélé des Rameaux)
- 18h30 - La Verpillière

**Dimanche 29/03**

- 10h30 - Centre Saint Paul

## > **31/03 - Mardi Saint**

**18h30 - Messe Chrismale**

Basilique du Sacré-Cœur Grenoble

## > **01/04 - Mercredi Saint**

8h30 - Laudes

**9h - Messe - Villefontaine (Vieux-Village)**

9h30 - Adoration et Confession

## > **02/04 - Jeudi Saint**

**19h - Messe de la Cène - Centre Saint Paul**

Suivie de l'adoration du Saint Sacrement  
au reposoir

## > **03/04 - Vendredi Saint**

**19h - Office de la Passion du Seigneur**  
Centre Saint Paul

## > **04 /04 - Samedi Saint**

**20h - Vigile Pascale - Centre Saint Paul**

Moment convivial après la messe autour d'un  
chocolat chaud et de gâteaux partagés.

## > **05/04 - Dimanche de Pâques**

**10h30 - Messe de Pâques - Centre Saint Paul**

