

Prière avant le repas : Bénédicité

L'hindouisme est la plus ancienne religion, elle remonte à 1500 avant Jésus-Christ.

La prière hindou est un mantra : man = pensée, trana = protection.

Voici un mantra avant la prise d'un repas. Le son est plus important que le sens. Le son est perçu comme une entité vivante qui s'inscrit dans l'univers.

L'instrument du sacrifice est Brahman

L'offrande est Brahman

C'est par Brahman qu'est faite l'oblation dans le feu,

Qui lui-même est Brahman

Il ne peut aller qu'en Brahman

Celui qui voit ainsi Brahman dans l'action

Le Judaïsme

Selon les historiens cette religion remonte à environ 640 avant JC et la première trace des juifs à environ 1200 avant JC.

A chaque type d'aliment correspond une prière de remerciement différente, voici celle qui est dite avant de manger du pain :

Béni sois-tu Eternel notre Dieu, Roi de l'Univers, qui fait sortir le pain de la terre.

Le Christianisme

La première trace du Christianisme remonte au premier siècle.

Il existe plusieurs variantes de prières avant le repas, en voici.

1 - **Bénis-nous Seigneur Bénis ce repas que nous allons manger ensemble et avec joie. Fais que cette journée se passe dans l'amitié. Que notre joie éclate à tout moment, Seigneur**

2 - **Seigneur Jésus, nous te disons merci pour la joie que nous avons d'être ensemble et pour la nourriture que nous allons partager. Nous te demandons de venir envahir de ta présence notre partage, notre amour et l'ensemble de notre famille. Bénis cette nourriture et procure la nourriture ceux qui n'en n'ont pas.**

Il s'agit de remercier Dieu, de bénir et de penser à ceux qui n'ont rien et qui souffrent.

L'Islam

Mahomet a jeté les fondations de l'Islam aux environs de l'an 600 après JC.

Avant le repas voici la prière des musulmans :

Mon Dieu, bénis cette nourriture et accorde-nous un mets encore meilleur.

Recette Riz Basmati

Ingrédients pour 4-5 personnes :

400 g de riz basmati
3 carottes
1 oignon
1 courgette
1 poivron jaune
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
8 cuillères à soupe de sauce soja
1/2 bouillon cube de légumes
600 ml d'eau
sel et poivre

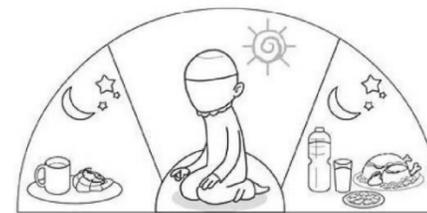


Le jeûne dans les religions

Chez les chrétiens, la pratique du jeûne, en particulier pendant le Carême, permet de faire un véritable chemin spirituel. Quelle est la pédagogie du jeûne ? Comment cette pratique est-elle vécue dans l'islam, l'hindouisme et le judaïsme ? Quelle signification revêt-elle ?



Les chrétiens vivent le jeûne comme un temps de conversion vécu par Israël, re-proposé par le Christ et accueilli par la grande tradition de l'Eglise, le jeûne est avant tout, pour les chrétiens, un temps de conversion, une invitation à imiter le Christ qui connut l'épreuve du désert. Il se doit d'être humble, discret, secret, afin de mieux creuser la faim de la rencontre, d'ouvrir grands les bras à la vie de Dieu (Voir dans les Évangiles : Matthieu Chapitre 4, Verset 2 + Ch. 6, V.16-18 + Ch.9, V.15).



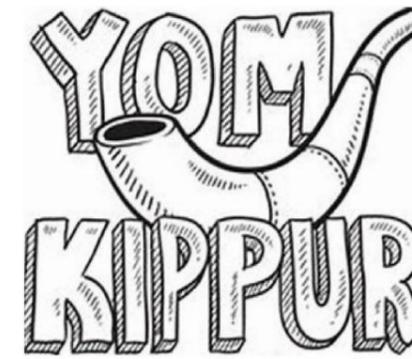
Le jeûne est le quatrième des cinq piliers de l'islam

Pour les musul-

mans, le jeûne du Ramadan constitue le quatrième pilier de l'islam. Essentiellement lié au souvenir de la révélation du Co-

ran par l'ange à Mohammed, ses modalités en sont précisément définies dans la sourate II qui commence ainsi : « Ô vous qui croyez ! Le jeûne vous est prescrit comme il a été prescrit aux générations qui vous ont précédés. Peut-être craindrez-vous Dieu. »

Occasion privilégiée de se purifier intérieurement, de réfléchir à la grandeur du Tout-Puissant et à sa Loi, le jeûne du Ramadan « permet de marquer par la faim corporelle sa faim de Dieu et sa conscience de la faim des pauvres », précise l'universitaire Ghaleb Bencheikh.



Les juifs observent des jours de jeûne liés à leur histoire. Pour les juifs, parler de jeûne, c'est d'abord et avant tout évoquer Yom Kippour, jour de jeûne absolu au cours duquel il est interdit de manger et de boire depuis la veille au coucher du soleil. Cette célébration majeure du judaïsme est précédée par dix jours de prière et de repentance qui débutent avec Roch Hachana, le nouvel an juif.

Outre Kippour, les juifs observent d'autres jours de jeûne dans l'année, tous étroitement liés à l'histoire de leur peuple.

« Jeûner, confie l'un d'entre eux, m'aide à reconnaître ma faiblesse, mon insuffisante union à Dieu et à vouloir me rapprocher de lui.



Chez les Hindous

Gandhi fit du jeûne un signe de sa protestation. Ce jeûne, à la fois transit et montée, marche et espérance, se retrouve également dans l'hindouisme. La Bhagavad-gîtâ, texte fondamental de la tradition hindoue, indique clairement la voie à suivre : « Il ne faut nullement renoncer aux actes de sacrifice, d'offrande et d'ascèse ; il faut les accomplir car ils purifient le sage. Et ces actions mêmes, il faut certainement les faire en laissant de côté l'attachement et le fruit. » Gandhi, estimant qu'une discipline ascétique stricte purifiait l'âme et le corps, fit d'ailleurs du jeûne le signe le plus visible de sa protestation, fondée sur la non-violence, la compassion et la vérité.

Bienvenue dans l'action Solida RIZ té

Le BOL DE RIZ est une action rappelant qu'un petit renoncement à son confort habituel, permet de penser aux autres, à ceux qui sont dans le besoin à cause de la pandémie, à ceux qui souffrent, ceux qui sont différents ou plus fragiles et qui ont besoin de notre aide.

L'action se fera aussi dans notre Etablissement



L'Enseignement Catholique du Diocèse de Marseille et notre Etablissement proposent ce projet de solidarité,

au profit des «étudiants d'ici et d'ailleurs» touchés par la pandémie.

Les bénéficiaires seront versés à des associations qui oeuvrent déjà.



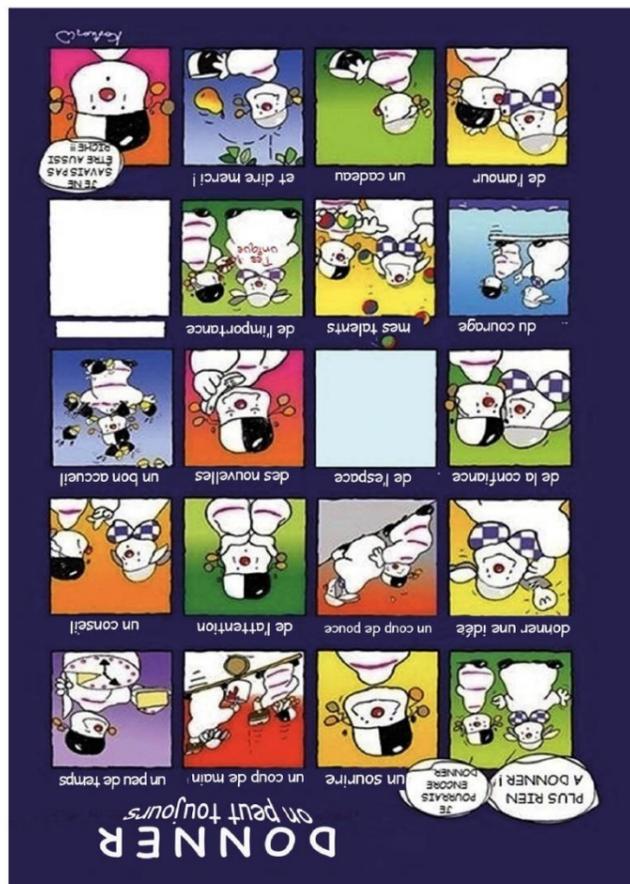
250g de Riz pour venir en aide aux étudiants ?
Oui ! moi je fais ma part !

A partir de 5 euros

Réponses : 1.a - 2.b - 3.c

1. Pourquoi manger du riz ou de la soupe en Carême ?
- Pour jeûner et partager
 - Pour mieux digérer
 - Pour faire différent ou exotique
2. Quelles sont les 3 "grandes démarches de conversion" auxquelles Jésus nous exhorte dans l'Evangile ?
- Le chapellet, les litanies et les neuvaines
 - La prière, l'aumône et le jeûne
 - L'eau bénite, les bougies et le sel
3. Comment s'appelle l'organisme qui anime la période de Carême
- Le Secours catholique
 - Caritas
 - L'Action de Carême

QUIZ : on joue !



Pape François, Fratelli tutti!

« Je forme le vœu qu'en cette époque que nous traversons, en reconnaissant la dignité de chaque personne humaine, nous puissions tous ensemble faire renaître un désir universel d'humanité, de fraternité ».

