



Carême dans la ville
S'arrêter, grandir dans la foi

ATTITUDE : Les 3 piliers du carême : aumône, prière, jeûne



frère Philippe Jeannin

Mont Sainte-Odile



Pour tenir bon pendant 40 jours, la tradition nous donne trois piliers indispensables :

- **l'aumône** pour s'ouvrir aux autres ;
- **la prière** pour se reconnecter à Dieu ;
- **le jeûne** pour faire le tri en soi.

Loin des projecteurs, retrouvez ces trois piliers qui musclent votre vie spirituelle !

Traduction liturgique de la Bible : ©AELF - Paris - Tous droits réservés.

[Cliquez ici pour vous désabonner de Carême dans la ville](#)