

## Semaine 4

## GOÛTER LA SOBRIÉTÉ



Chaque semaine, nous vous proposons d'aller plus loin : échanger et décider en famille d'un « pas de plus » et aménager votre jardin de Carême. Pour retrouver la présentation du jardin de Carême, c'est [ICI](#).

### NOUS PARLER, DÉCIDER ET AGIR ENSEMBLE

- > Et si nous faisons pour nos repas un geste de jeûne : qu'est-ce qui est superflu à notre table ? Que pourrions-nous enlever à nos repas qui n'enlèvera rien à la joie de nous retrouver tous ensemble ?
- > On peut vivre des moments heureux avec peu. Pourquoi ne pas vivre une soirée en famille sans rien consommer de particulier ? Faire des jeux, se raconter des histoires, lire ensemble une courte nouvelle, faire écouter aux autres un morceau de musique ou une chanson qu'on aime tout particulièrement...

➔ Nous y réfléchissons chacun avant d'en parler ensemble et de décider en famille d'UNE résolution.

### CULTIVER NOTRE JARDIN

Au fil des semaines, nous avons enrichi notre jardin de Carême de bien des choses : représentation des personnes ou lieux que nous avons décidé de mieux aimer, le soleil, la lune, quelques animaux en voie de disparition, des végétaux, des fleurs.

Ce semaine, ne rajoutons rien ! Nous pouvons nettoyer, ré-agencer un peu, ou même retirer ce qui nous semblerait finalement superflu. Mais ne rajoutons rien. Prenons le temps de contempler ce qu'il y a déjà dans notre jardin de Carême.

