



Sobriété

« Vous le savez : c'est le moment, l'heure est déjà venue de sortir de votre sommeil. » (Rm 13,11)

« Si nous nous sentons intimement unis à tout ce qui existe, la sobriété et le souci de protection jailliront spontanément. » (Laudato Si'11)

L'avent, temps de conversion, nous invite à nous réveiller et à réorganiser nos désirs. La sobriété n'est pas une privation, mais une liberté, un détachement joyeux qui fait place à ce qui compte vraiment. La sobriété est l'antidote à la culture du gaspillage et au paradigme consumériste qui favorisent la dégradation de l'environnement et les inégalités. L'avent nous enseigne que l'épanouissement ne se trouve pas dans l'abondance, mais dans la simplicité, en préparant un espace humble pour la venue du Christ.

Pratique : Lorsque vous achetez des cadeaux ou préparez des fêtes, choisissez uniquement ce qui est vraiment nécessaire. Privilégiez les produits locaux et issus du commerce équitable, et choisissez ceux qui sont fabriqués dans le respect des personnes et de la planète.