


CARÊME 2023

A woman and a young child are in a room filled with large white sacks, likely containing food or supplies. The woman is wearing a patterned top and a headwrap, and the child is wearing a light-colored shirt. The background is a teal wall.

POUR TOUS CEUX QUI REVENT DE SE NOURRIR EN PAIX

**Livret spirituel,
pour vous aider
à cheminer
pendant le Carême**



**TERRE
SOLIDAIRE**

LE CCFD-TERRE SOLIDAIRE

Acteur historique de l'engagement contre la faim et pour la paix dans 70 pays, le CCFD-Terre Solidaire agit contre toutes les formes d'injustice. Nous œuvrons pour que chacun voie ses droits respectés : manger à sa faim, vivre de son travail, habiter dans un environnement sain, choisir où construire sa vie...

Cet engagement pour plus de justice et de solidarité prend racine dans l'Évangile et la pensée sociale de l'Église.

Par notre action individuelle et collective, nous proposons et soutenons des solutions politiques et de terrain.

Grâce à votre don, en soutenant les projets du CCFD-Terre Solidaire, vous agissez contre la faim et pour la construction d'un monde de paix. Ensemble, « pour tous ceux qui rêvent de se nourrir en paix ».

ccfd-terresolidaire.org

1^{re} ONG française de développement

7 500
bénévoles

600
projets internationaux

70
pays

3,2 millions
de bénéficiaires

Trois moyens d'action au service de la solidarité internationale



LE PARTENARIAT INTERNATIONAL mené avec des acteurs locaux.



LE PLAIDOYER auprès des décideurs politiques.



LA MOBILISATION CITOYENNE pour changer le monde et se changer soi.

Ce livret de Carême est un livret spirituel pour cheminer avec vous pendant le temps de Carême

Semaine après semaine, avec ce livret spirituel, nous vous proposons un parcours d'engagement pour construire une Terre Solidaire, avec celles et ceux qui « rêvent de se nourrir en paix ». Un parcours à vivre seul, en famille, entre amis ou en équipe, pour devenir acteur dans sa vie et donner du sens à son don. Chacune des étapes est une invitation à :

- **Écouter l'appel du Seigneur**, à partir d'extraits de l'Évangile du dimanche que l'on prend comme une méditation. On peut reprendre le(s) texte(s) entier(s) en se reportant aux références indiquées.
- Se nourrir avec **l'éclairage biblique** proposé par Olivier Bourion, bibliste, pour approfondir personnellement en lien avec notre vie et la thématique proposée pour la semaine.
- Un **questionnement** pour méditer sur le sens que l'on donne à ce temps de Carême, à notre vie, à nos engagements.
- **Une intention de prière** pour donner une dimension universelle à ce chemin de Carême et porter les partenaires du CCFD-Terre Solidaire dans notre prière.

Retrouvez d'autres propositions sur : careme.ccfid-terresolidaire.org ou sur votre moteur de recherche « Carême 2023 CCFD »

Ce livret spirituel est édité par le Comité catholique contre la faim et pour le développement (CCFD-Terre Solidaire). Directrice de publication : Sylvie Bukhari-de Pontual | Crédits photographiques : couverture William Dupuy/CCFD-Terre Solidaire, pp. 4 et 16 Roberta VALERIO/CCFD-Terre Solidaire, pp. 6 et 14 Michaël Zumstein/CCFD-Terre Solidaire, p. 8 Sandra Mehl/CCFD-Terre Solidaire, p. 10 Jean-Claude Gérez/CCFD-Terre Solidaire, p. 12 Philippe Revelli/CCFD-Terre Solidaire, p. 19 Ana Caroline de Lima/CCFD-Terre Solidaire | Dépôt légal : décembre 2022.



MERCREDI DES CENDRES

22 février 2023

Écouter l'appel du Seigneur :

« Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer. Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous auprès de votre Père qui est aux cieux. [...] Et quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites : ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. [...] Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. »

Mt 6, 1. 5-6

Lecture du jour

- 1^{re} lecture : Jl 2, 12-18
- Psaume : 50, 3-4, 5-6ab, 12-13, 14-17
- 2^e lecture : 2 Co 5, 20 - 6,2
- Évangile : Mt 6, 1-6. 16-18

Éclairage biblique

Les lectures de ce premier jour du Carême nous invitent à revenir à Dieu (1^{re} et 2^e lecture) en pratiquant trois formes de dépouillement : la prière, le don et le jeûne (Évangile). Il ne s'agit pas d'accumuler de bonnes actions pour soulager notre conscience, mais de donner de notre temps (prière), de nos biens (don), et même de notre manque (jeûne) pour renouer avec l'essentiel : notre condition d'enfant de Dieu. Par l'ascèse et le décentrement, nous retrouvons notre intériorité et notre capacité d'être frères de tous les humains.

Sur quoi ai-je envie de travailler, en moi, pendant ce temps de Carême pour me relier à l'essentiel ?

Collectivement, quelles actions pourrions-nous mettre en œuvre pour inviter à la prière, au don et au jeûne ?



Offrir une prière

*Dieu créateur, nous te confions celles
et ceux qui luttent contre la faim par une
agriculture plus respectueuse de
l'environnement et des humains.
Donne-leur Ta sagesse pour qu'ils bâtissent
notre maison commune.*

1^{ER} DIMANCHE :
26 février 2023



RELIER À LA RÉALITÉ DU MONDE

Écouter l'appel du Seigneur :

« Alors Jésus fut conduit au désert par l'Esprit pour être tenté par le diable. Après avoir jeûné quarante jours et quarante nuits, il eut faim. Le tentateur s'approcha et lui dit : *"Si tu es Fils de Dieu, ordonne que ces pierres deviennent des pains."* Mais Jésus répondit : *"Il est écrit : L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu."* [...] Alors, Jésus lui dit : *"Arrière, Satan ! car il est écrit : C'est le Seigneur ton Dieu que tu adoreras, à lui seul tu rendras un culte."* »
Mt 4, 1-4, 10

Lecture du jour

- 1^{re} lecture : Gn 2, 7-9 ; 3, 1-7a
- Psaume : 50, 3-4, 5-6ab, 12-13, 14.17
- 2^e lecture : Rm 5, 12-19
- Évangile : Mt 4, 1-11

Éclairage biblique

Jésus a connu les trois grandes tentations d'un homme ou d'un État (Évangile) : le pain à n'importe quelle condition, la sécurité magique et le pouvoir qui rend esclave. À leur racine se trouvent des besoins et des droits légitimes ; mais, chaque fois qu'ils viennent à manquer, le diable n'est pas loin pour souffler des solutions toutes faites qui engendrent toujours une forme de violence. La seule voie valable, c'est la fraternité.

La Paix du monde passe par la paix des cœurs.
Quelles sont les colères et les manques en moi qui m'empêchent de trouver la sérénité ?

Par quels moyens pouvons-nous faire comprendre autour de nous que nos actes ici ont un impact (positif ou négatif) là-bas ?



Offrir une prière

*Dieu de Paix, nous te confions ces femmes
et ces hommes qui agissent avec
le CDD et ainsi que toutes les personnes
qu'il accompagne.*

*Donne-leur Ta force pour construire
un monde de paix et de tolérance.*

Le Comité diocésain de développement de Maroua-Makolo (CDD) au Nord Cameroun travaille à développer la paix et le vivre-ensemble dans les populations touchées par les attaques de groupes armés et les conflits entre communautés.

2^E DIMANCHE :

5 mars 2023



SE RELEVER PAR LES CHEMINS D'ESPÉRANCE

Écouter l'appel du Seigneur :

« Voici que leur apparurent Moïse et Élie, qui s'entretenaient avec lui. Pierre alors prit la parole et dit à Jésus : *“Seigneur, il est bon que nous soyons ici ! Si tu le veux, je vais dresser ici trois tentes, une pour toi, une pour Moïse, et une pour Élie.”* Il parlait encore, lorsqu'une nuée lumineuse les couvrit de son ombre, et voici que, de la nuée, une voix disait : *“Celui-ci est mon Fils bien-aimé, en qui je trouve ma joie : écoutez-le !”* Quand ils entendirent cela, les disciples tombèrent face contre terre et furent saisis d'une grande crainte. Jésus s'approcha, les toucha et leur dit : *“Relevez-vous et soyez sans crainte !”* »

Mt 17 3-7

Lecture du jour

- 1^{re} lecture : Gn 12, 1-4a
- Psaume : 32, 4-5, 18-19, 20.22
- 2^e lecture : 2 Tm 1, 8b-10
- Évangile : Mt 17, 1-9

Éclairage biblique

Dieu ne demande pas à Abraham de lui sacrifier sa famille et sa terre, mais de les retrouver autrement : désormais, sa terre est une terre sainte et sa famille un peuple innombrable (1^{re} lecture). Jésus, lui aussi, élève le niveau et agrandit l'horizon en faisant vivre à trois de ses disciples l'expérience de la transfiguration (Évangile). Nous échappons au conflit en subordonnant nos projets personnels au projet immense de Dieu pour l'humanité. Il nous prend avec lui, nous fait monter à son niveau et nous remet debout.

Face à l'angoisse et au désespoir qui peuvent nous gagner, quelle est mon Espérance ? Qu'est-ce qui motive ma foi ?

À quel projet voulons-nous participer pour rendre leur dignité à nos frères et sœurs abîmées, blessées, esseulées ?



Offrir une prière

*Dieu de l'Alliance, nous te confions
ces femmes et ces hommes qui,
autour du lac Tchad, travaillent au
rapprochement des communautés.
Donne-leur Ta clairvoyance pour qu'ils
sachent montrer la richesse de la diversité
pour dépasser les situations de conflits.*

Le réseau de partenaires du CCFD-Terre Solidaire autour du lac Tchad agit pour le rapprochement des communautés par la reconnaissance des identités, de la richesse et de la diversité de chacun et chacune, à l'échelle des villages, puis plus largement.



3^E DIMANCHE :
12 mars 2023

REGARDER L'AUTRE EN VÉRITÉ POUR AGIR ENSEMBLE

Écouter l'appel du Seigneur :

« Là se trouvait le puits de Jacob. Jésus, fatigué par la route, s'était donc assis près de la source. C'était la sixième heure, environ midi. Arrive une femme de Samarie, qui venait puiser de l'eau. Jésus lui dit : *"Donne-moi à boire."* – en effet, ses disciples étaient partis à la ville pour acheter des provisions. La Samaritaine lui dit : *"Comment ! Toi, un Juif, tu me demandes à boire, à moi, une Samaritaine ?"* – en effet, les Juifs ne fréquentent pas les Samaritains. Jésus lui répondit : *"Si tu savais le don de Dieu et qui est celui qui te dit : 'Donne-moi à boire', c'est toi qui lui aurais demandé, et il t'aurait donné de l'eau vive."* »
Jn 4, 6-10

Lecture du jour

- 1^{re} lecture : Ex 17, 3-7
- Psaume : 94, 1-2, 6-7ab, 7d-8a.9
- 2^e lecture : Rm 5, 1-2.5-8
- Évangile : Jn 4, 5-42

Éclairage biblique

Le peuple de Moïse manque tellement d'eau que l'émeute gronde (1^{re} lecture). Jésus lui aussi est assoiffé, mais c'est l'occasion de briser les frontières pour nouer conversation avec une étrangère (Évangile). La précarité peut engendrer la violence, mais elle peut aussi ouvrir à la reconnaissance de l'autre comme un partenaire. On se découvre liés par la même soif. Alors cette soif commune devient aussi soif de l'autre et ouvre sur une rencontre désaltérante.

Quelles sont les peurs qui m'empêchent d'aller vers l'autre, celle ou celui qui me semble différent de moi ? Comment puis-je dépasser ces peurs ?

Les ressources, dans le monde, ne sont pas infinies (l'eau, la nourriture de qualité, les sources d'énergie...). Comment pouvons-nous agir pour un meilleur respect de notre environnement et un meilleur partage de ces richesses ?



Offrir une prière

*Dieu créateur, nous te confions ces femmes
et ces hommes qui agissent avec le SEM.
Donne-leur Ta sagesse pour qu'il construise
la paix en Asie du Sud-Est.*

L'association thaïlandaise Spirit in Education Movement (SEM) est un mouvement qui forme des leaders communautaires et associatifs pour lutter contre la pauvreté et favoriser le développement de la paix notamment auprès des réfugiés birmanes.



4^E DIMANCHE :
19 mars 2023

RÉPARER POUR RECRÉER LE VIVRE-ENSEMBLE

Écouter l'appel du Seigneur :

« Jésus dit alors : "Je suis venu en ce monde pour rendre un jugement : que ceux qui ne voient pas puissent voir, et que ceux qui voient deviennent aveugles." Parmi les pharisiens, ceux qui étaient avec lui entendirent ces paroles et lui dirent : "Serions-nous aveugles, nous aussi ?" Jésus leur répondit : "Si vous étiez aveugles, vous n'auriez pas de péché ; mais du moment que vous dites : 'Nous voyons !', votre péché demeure." »

Jn 9, 39-41

Lecture du jour

- 1^{re} lecture : 1 S 16, 1b.6-7.10-13a
- Psaume : 22, 1-2ab, 2c-3, 4, 5, 6
- 2^e lecture : Ep 5, 8-14
- Évangile : Jn 9, 1-41

Éclairage biblique

Être un enfant de lumière (2^e lecture), c'est savoir aller plus loin que les critères humains (1^{re} lecture) pour laisser Jésus nous ouvrir les yeux (Évangile). La violence des conflits a toujours pour racine une forme d'aveuglement. Les lectures d'aujourd'hui nous invitent à entrer dans la lucidité de Dieu en regardant le monde avec ses yeux : des yeux qui discernent sans se laisser berner par l'apparence. On ne peut rien faire pour le monde si on ne commence pas par purifier son regard.

Accepter de ne pas tout savoir, de ne pas tout maîtriser... Comment je me laisse conduire par la Parole de l'Évangile ? Comment je me fais humble ?

Dans un environnement médiatique où règnent la polémique et la violence, comment nous rassembler et faire entendre un message d'amour et de paix ?



Offrir une prière

*Dieu de justice, nous te confions
les femmes engagées avec Vamos Mujer
et toutes les femmes qu'elles accompagnent.
Donne-leur Ta force pour qu'elles puissent
faire entendre leur voix.*

Vamos Mujer est un partenaire colombien du CCFD-Terre Solidaire qui accompagne des collectifs de femmes pour qu'elles puissent prendre pleinement leur place dans la société et que leurs droits soient reconnus.



5^E DIMANCHE :
26 mars 2023

LA RÉSILIENCE PAR L'AMOUR

Écouter l'appel du Seigneur :

« À son arrivée, Jésus trouva Lazare au tombeau depuis quatre jours déjà. Lorsque Marthe apprit l'arrivée de Jésus, elle partit à sa rencontre, tandis que Marie restait assise à la maison. Marthe dit à Jésus : *“Seigneur, si tu avais été ici, mon frère ne serait pas mort. Mais maintenant encore, je le sais, tout ce que tu demanderas à Dieu, Dieu te l'accordera.”* Jésus lui dit : *“Ton frère ressuscitera.”* Marthe reprit : *“Je sais qu'il ressuscitera à la résurrection, au dernier jour.”* Jésus lui dit : *“Moi, je suis la résurrection et la vie. Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra ; quiconque vit et croit en moi ne mourra jamais. Crois-tu cela ?”* »
Jn 11, 17, 20-26

Lecture du jour

- 1^{re} lecture : Ez 37, 12-14
- Psaume : 129, 1-2, 3-4, 5-6ab, 7bc-8
- 2^e lecture : Rm 8, 8-11
- Évangile : Jn 11, 1-45

Éclairage biblique

Ouvrir les tombeaux pour délier des liens de la mort (1^{re} lecture et Évangile), mais aussi ouvrir les corps et les cœurs pour y faire demeurer l'Esprit de vie (2^e lecture), tel est le projet de Dieu pour tout homme. Mais il nous invite à y collaborer en soulevant nous-mêmes les pierres et en déliant nous-mêmes ceux qu'il rend à la vie, pour les laisser aller sans vouloir les retenir. Au cœur de toute détresse, Jésus partage nos pleurs et nous fait partager son œuvre de résurrection.

À la fin de ce chemin de Carême, quels sont les liens mortifères dont je voudrais pouvoir me défaire ?

C'est par la résurrection que – finalement – tout commence. En tant que chrétiens et chrétiennes, nous avons la responsabilité d'annoncer cette Bonne Nouvelle. Comment dans notre quotidien, par nos actions et nos conversations, pouvons-nous assumer notre rôle d'apôtre de Jésus-Christ ?



Offrir une prière

*Dieu de justice et de paix, nous te confions
celles et ceux qui luttent contre
les inégalités et pour la dignité des plus
pauvres et des plus fragiles.
Donne-leur Ton amour pour qu'ils
répandent la fraternité universelle.*



DIMANCHE DES RAMEAUX ET SEMAINE PASCALE

Du 2 au 9 avril 2023

Écouter l'appel du Seigneur :

« À partir de la sixième heure (c'est-à-dire : midi), l'obscurité se fit sur toute la terre jusqu'à la neuvième heure. Vers la neuvième heure, Jésus cria d'une voix forte : *"Éli, Éli, lema sabactani ?"*, ce qui veut dire : *"Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ?"* [...] Mais Jésus, poussant de nouveau un grand cri, rendit l'esprit. Et voici que le rideau du Sanctuaire se déchira en deux, depuis le haut jusqu'en bas ; la terre trembla et les rochers se fendirent. [...] À la vue du tremblement de terre et de ces événements, le centurion et ceux qui, avec lui, gardaient Jésus, furent saisis d'une grande crainte et dirent : *"Vraiment, celui-ci était Fils de Dieu !"* »

Mt 27, 45-46 ; 50-51 ; 51

Lecture du jour

- Évangiles des Rameaux : Mt 21, 1-11 et Mt 26, 14-27, 66
- Évangile de Pâques : Mt 28, 1-10

Éclairage biblique

Jésus entre à Jérusalem sur un âne, c'est-à-dire d'une manière pacifique. Il laisse tout un peuple le couvrir de mensonge, de haine et de violence. Il se laisse retirer son vêtement et sa dignité d'humain. Ce mystère nous fait violence, car il risque de nous démobiliser de nos efforts pour plus d'humanité. En réalité, en donnant sa vie par amour, Jésus monte au sommet de l'humanité et nous y élève avec lui.

Qu'ai-je envie de demander au Seigneur pour que, moi aussi, je prenne part à son projet d'amour pour l'humanité ?

Nous avons certainement des liens de fraternité qui se sont rompus ces derniers mois. Quels actes pouvons-nous accomplir pour aller vers la réconciliation ? Comment concrètement pouvons-nous témoigner de cet amour divin qui nous fait rayonner ?



Intention de prière

*Dieu de l'Alliance, nous te confions
celles et ceux qui créent des espaces
de rencontre et de dialogue.
Donne-leur Ton écoute
pour qu'ils permettent la création
d'une société inclusive
où chacun ait sa place.*



Grâce à votre générosité, le CCFD-Terre Solidaire agit ICI, et avec nos partenaires LÀ-BAS

Ensemble, « pour tous ceux qui rêvent de se nourrir en paix »

« Chers frères et sœurs, chaque guerre porte en elle des séquelles qui impliquent toute l'humanité : des deuils au drame des réfugiés, à la crise économique et alimentaire dont on voit déjà les signes avant-coureurs. Face aux signes persistants de la guerre, comme aux nombreuses et douloureuses défaites de la vie, le Christ, vainqueur du péché, de la peur et de la mort, exhorte à ne pas s'abandonner au mal et à la violence. Frères et sœurs, laissons-nous vaincre par la paix du Christ ! La paix est possible, la paix est un devoir, la paix est la responsabilité première de tous ! »

(Pape François, discours de Pâques 2022)

Grâce à votre don et par l'action collective ici en France, et là-bas, avec les partenaires du CCFD-Terre Solidaire, nous nous engageons pour la paix et le vivre-ensemble et contre les causes structurelles de la faim.

Avec **50 €**

soit moins de 1,5 € par jour de Carême, vous permettez la formation de deux leaders communautaires et religieux au Cameroun (pendant deux jours) sur le dialogue interreligieux.

Avec **80 €**

soit 2 € par jour de Carême, vous offrez un abri, de la nourriture et des biens de première nécessité à des réfugiés birmans qui vivent dans des camps temporaires à la frontière thaïlandaise.

Avec **100 €**

soit 2,5 € par jour de Carême, vous apportez une aide alimentaire à deux familles de cinq personnes au Pérou.

Pour un don ponctuel, reportez-vous sur : ccfd-terresolidaire.org

**POUR
TOUS CEUX
QUI RÊVENT
DE SE
NOURRIR
EN PAIX,
FAITES
UN DON.**

**PARCE QUE LA GUERRE AFFAME,
LE CCFD-TERRE SOLIDAIRE AGIT EN FAVEUR
DE LA RÉCONCILIATION ET DE LA PAIX.**

**VAINCRE LA FAIM,
C'EST POSSIBLE.**



**TERRE
SOLIDAIRE**



BON DE SOUTIEN RÉGULIER

À envoyer au CCFD-Terre Solidaire,
4 rue Jean-Lantier, 75001 Paris

OUI, je choisis de soutenir vos projets dans la durée en optant pour le prélèvement automatique et j'autorise ma banque, le 5 de chaque mois, à prélever en faveur du CCFD-Terre Solidaire la somme de :

10 € / 15 € / 20 € / 30 €

autre montant ___€

Si vous êtes redevable de l'impôt sur le revenu, 66 % de votre don sont déductibles de votre impôt, dans la limite de 20 % de votre revenu imposable. Par exemple, un don de 15 € par mois (soit 180 € par an) vous revient à 5,10 € après déduction fiscale (soit 61,20 € par an). Nous vous enverrons un reçu fiscal.



MANDAT DE PRÉLÈVEMENT SEPA

À renvoyer avec un R.I.B. (relevé d'identité bancaire) dans l'enveloppe-réponse jointe, sans affranchir.

Mes coordonnées

Nom du bénéficiaire : CCFD-Terre Solidaire, 4 rue Jean-Lantier, 75001 Paris, France. N° ICS : FR76ZZZ302252

Compte à débiter

Numéro international d'identification bancaire (IBAN)

Code international d'identification de ma banque (BIC)

Fait à Signature

Le

Type de paiement :

En signant ce formulaire de mandat, vous autorisez le CCFD-Terre Solidaire à envoyer des instructions à votre banque pour débiter votre compte conformément aux instructions du CCFD-Terre Solidaire. Vous bénéficiez du droit d'être remboursé(e) par votre banque selon les conditions décrites dans la convention que vous avez passée avec elle. Une demande de remboursement doit être présentée dans les 8 semaines suivant la date de débit de votre compte pour un prélèvement autorisé.

Note : vos droits concernant le présent mandat sont expliqués dans un document que vous pouvez obtenir auprès de votre banque.

Le CCFD-Terre Solidaire, représenté par M^{me} Manuèle Derolez, conserve vos coordonnées pour la gestion de vos dons et l'envoi d'informations, dans l'intérêt légitime de ses actions. Les données concernées sont vos coordonnées et les informations relatives à votre don. Elles sont destinées à La Direction du développement des Générosités. Nous ne vendons pas vos coordonnées à des tiers, mais ponctuellement nous permettons à des organismes du secteur caritatif ou de la presse de vous adresser leurs messages. Pour nos besoins administratifs et obligations légales, nous conservons les informations relatives à vos dons et reçus fiscaux. Pour toute demande de rectification ou de suppression de vos informations personnelles, ou pour vous opposer à recevoir nos messages, vous pouvez contacter notre délégué à la protection des données par courriel à dpo@ccfd-terresolidaire.org ou par courrier postal à CCFD-Terre Solidaire (DPO) 4 rue Jean Lantier - 75001 Paris. En cas de difficulté en lien avec la gestion de vos données personnelles, vous pouvez vous adresser à la CNIL. Je m'oppose à ce que mes coordonnées soient utilisées à des fins de prospection caritative.

COODLL000

Référence : 5516 16 22

