



# Des semences pour le pain et la justice

Carnet de méditations 2026

CAMPAGNE  
ŒCUMÉNIQUE

En collaboration avec  
« Être Partenaires »



Action  
de Carême



**EPER**  
Pain pour  
le prochain.



KT 2024

*Dieu prit l'homme et le plaça dans le jardin d'Éden  
pour le cultiver et le garder. Gn 2,15*

## Le jardin des vivants

Notre Terre  
la planète bleue  
berceau de la vie  
confiée à l'être humain

Le don de la vie  
il doit être transmis  
dans le grand cycle  
des semis et des récoltes

Pouvons-nous nous émerveiller  
les yeux grands ouverts  
devant le miracle de la vie  
et sa transmission

*Je vous donne toute herbe qui porte sa semence sur toute la surface de la terre. Gn 1,29*

## Le cycle de la vie

Notre terre  
sol fertile  
pour le pain, le maïs et le riz  
qui nourrissent l'humanité

La vie se perpétue  
encore et encore  
dans le fruit d'aujourd'hui  
sommeille la semence de demain

Pouvons-nous semer  
pas seulement pour nous  
pour tous les humains  
pour la sauvegarde de la Création





KT 2024

*Joseph accumula du froment en quantités énormes. Gn 41,49*

## La prévoyance alimentaire

Notre terre  
peut nourrir tout le monde  
si l'humain agit  
avec sagesse et équité

Joseph n'était pas un rêveur  
il savait lire les signes  
années d'abondance et de disette  
réfléchir à l'avenir

Pouvons-nous partager  
personne les mains vides  
et pour semer l'avenir  
les semences indispensables



KT 2024





*Qui a semé dans les larmes moissonne dans la joie !*

*Il s'en va, il s'en va en pleurant, chargé du sac de semence. Ps 126,5-6*

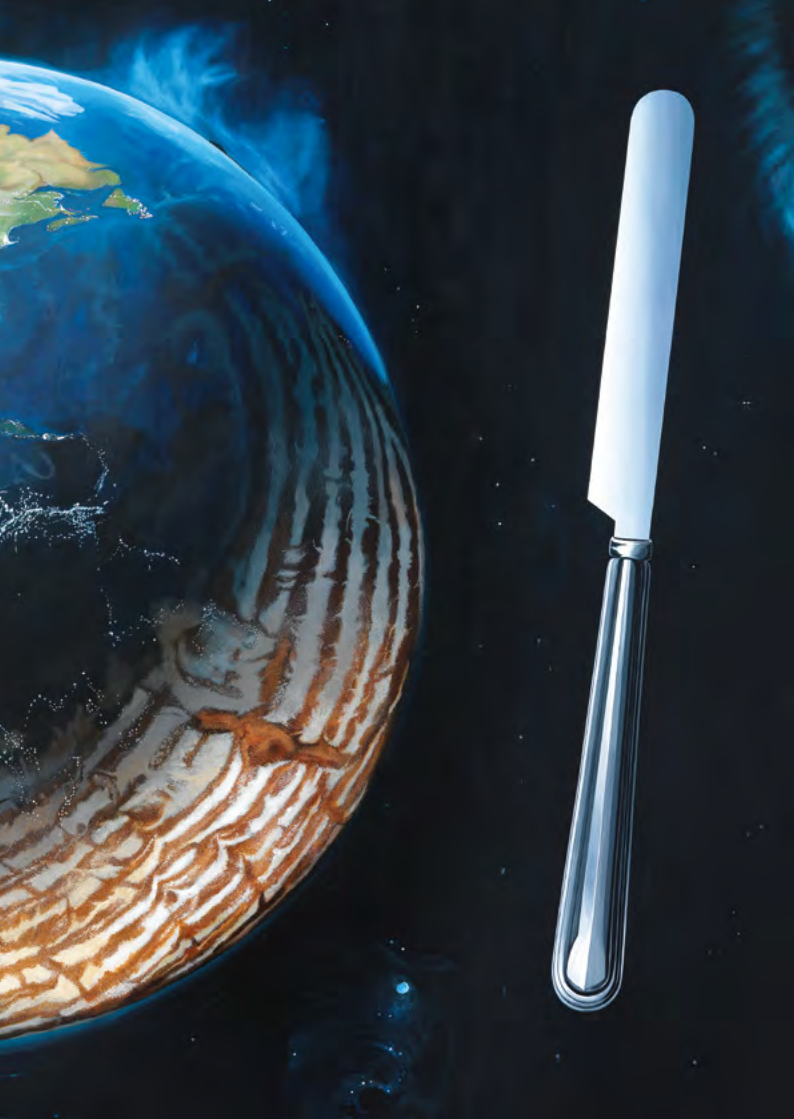
## L'exigence des semailles

Notre terre  
rien d'un pays de cocagne  
beaucoup gagnent leur pain  
à la sueur de leur front

Quel signe d'espoir  
céréales et semences  
pour les prochains semis  
économisés de la bouche

Pouvons-nous renoncer  
à la surconsommation  
afin qu'il en reste suffisamment  
pour les générations futures





*Quand l'herbe eut poussé et produit l'épi,  
alors apparut aussi l'ivraie. Mt 13,26*

## Le blé et l'ivraie

Notre terre  
le malheur guette  
menaçant telle une lame  
surexploitation et cupidité

Les grands décident  
manipulent les semences  
contrôlent les petits  
dominent le marché

Pouvons-nous respecter  
la sagesse des anciens  
la diversité des espèces  
la liberté des humains

*La graine germe et pousse, et l'homme ne sait pas comment.*

*Mc 4,27*

## Le miracle de la croissance

Notre terre  
l'Esprit de Dieu donne la vie  
renouvèle sans cesse  
la face de la terre

La graine de l'espoir  
confiance et amour  
sème dans les cœurs  
germe en secret

Pouvons-nous recevoir  
de Dieu avec gratitude  
le pain de vie  
pour tous les humains





### L'auteur

Andreas Knapp est membre de la communauté des « Petits Frères de l'Évangile », vit à Leipzig et s'engage dans l'aide aux réfugié-e-s.



### L'artiste

Konstanze Trommer est née en 1953 à Erfurt. De 1972 à 1977, elle a étudié à la University of Art and Design Halle, Burg Giebichstein en Allemagne. En 1977, elle a obtenu son diplôme dans le domaine du design de surface. Depuis 1982, elle travaille en tant qu'artiste indépendante dans les domaines des arts plastiques, de la peinture, du graphisme et de l'art pour les espaces publics.

[www.konstanze-trommer.de](http://www.konstanze-trommer.de)

Texte : © 2026 Action de Carême / EPER

Image : Tenture de carême 2025/2026 « La grande bouffe »  
de Konstanze Trommer

Rédaction : Andrea Gisler, Action de Carême  
Simon Weber, EPER

Traduction : Simon Weber, EPER

Relecture : Valérie Gmünder, Action de Carême

Graphisme : SKISS GmbH, Lucerne

Impression : PCL Presses Centrales SA, Renens VD

[voir-et-agir.ch/tenture-de-careme](http://voir-et-agir.ch/tenture-de-careme)