

Jeûne Solidaire

LE GRAND JOUR EST ARRIVÉ! METS-TOI À LA PLACE DES PLUS DÉMUNIS!



Le grand jour



Le grand jour est arrivé! Mets-toi à la place des plus démunis!

Dimanche le 25 mars

12 HEURES

DE SOLIDARITÉ

2018

De personnes dans tout le continent nous réunirons pendant 12 heures lors d'une journée de Jeûne et de Prière - de 7h à 19h. Aujourd'hui, ton acte de renonciation aidera à prendre conscience sur les millions d'enfants qui connaissent l'abus, l'exploitation ou l'abandon dans notre continent. On estime qu'il y a 190 millions d'enfants en Amérique Latine dont plus de 6 millions sont victimes d'abus grave et plus de 80.000 meurent à cause de la violence domestique.

Cette année, le thème principal sera axé sur la sensibilisation des églises contre la violence faite aux enfants. Chaque jour, partout dans la région, il y a des milliers d'enfants, filles et garçons, qui souffrent d'injustice et de la violence. Les actions du jeûne solidaire doivent attirer l'attention sur cette problématique.



It takes a world
to end violence against children



Prépare-toi à dire que ces problèmes nous concernent et nous touchent à tel point que nous avons décidé expressément de jeuner et de prier pour tous les enfants vulnérables!

Le jeûne volontaire t'aidera à te concentrer sur un sujet spécifique. L'idée est que pendant les 12 heures de jeûne, tu aies l'occasion de prier ou de te consacrer à des actions spécifiques de solidarité vis-à-vis des enfants vulnérables. Tu peux travailler à des actions concrètes : à l'exemple que nous a donné Jésus en aidant les autres ou aux enfants que tu es en train d'aider.

N'oublie pas!

Nous souhaitons t'animer à faire de ta renonciation un véritable défi, afin que cela te permette de te mettre à la place des plus démunis et te mène tant à te repentir en raison des injustices que tu identifies sur toi-même qu'à la conversion envers une attitude qui te fasse être alerte des carences des enfants les plus vulnérables.



Le jeûne en tant que pratique spirituelle

Prends en compte!

Sur les comptes Facebook et Twitter de Vision Mondiale nous partagerons des informations et des demandes de prière.

Toi aussi tu peux le faire sur tes comptes sur les réseaux sociaux.

Te necesitamos para visibilizar los esfuerzos y juntos lograr acciones que permitan eliminar la violencia contra la niñez

La Bible invoque tout le temps le jeûne comme étant une pratique importante qui implique une attitude de foi, d'humilité et de dépendance vis-à-vis de Dieu. Le jeûne était pratiqué entre autres, dans le but de:

- Préparer son cœur pour écouter Dieu (Moïse dans l'Exodus 34, Daniel, dans Daniel 9)
- Se préparer à une tâche difficile (Elie dans 1 Rois, Jésus dans Matthieu 4, apôtres dans Faits)
- Exprimer son repentir et demander pardon à Dieu (Ajab dans 1 Rois 21)
- Faire une requête importante à Dieu (David dans 2 Samuel)
- Exprimer sa douleur lors d'une situation pénible (David et ses hommes dans 2 Samuel 1)

Le jeûne nous permet de ressentir la privation, le vide. Ce vide nous fait penser à un autre vide existentiel, qui ne peut être rempli que par Dieu. Le jeûne nous rend plus conscients de notre fragilité et nous apprend à quel point nous dépendons de Dieu, et cela nous aide à Lui ressembler davantage. Anselm Grun, moine allemand et Docteur en théologie, dit que le jeûne est: "le cri du corps lancé vers Dieu, un cri qui provient des profondeurs, qui surgit du fond de notre abîme, là où nous découvrons notre impuissance et notre vulnérabilité extrême, afin de nous abandonner totalement dans l'abîme de Dieu".



Le jeûne: un geste de solidarité

Le jeûne volontaire –le fait de ressentir la privation- nous permet de nous mettre à la place de ceux qui vivent des privations contre leur volonté. Le jeûne constitue ainsi un exercice qui nous rend plus conscients des besoins des autres, plus reconnaissants et plus généreux: voici trois parmi les qualités essentielles de tout agent du changement.

Nous vivons dans un monde où la richesse abonde aussi bien que l'inégalité et la violence. Et souvent, sans nous rendre compte, nous devenons agents de ces deux dernières (Ésaïe 58:6). Pour cette raison, lorsque nous renonçons à quelque chose dont nous pensons avoir besoin –des aliments, la technologie, des loisirs, etc.- nous sommes en train d'exprimer le fait que la douleur d'autrui nous importe et qu'elle nous blesse. Il est certes vrai que notre jeûne ne va pas mettre fin aux problèmes du monde, mais il constitue une manière de subir de changements conjointement avec ceux qui souffrent, de partager leur douleur ; il s'agit d'un geste de solidarité et de compassion.

D'autre part, de nombreux d'entre nous sommes bénis de pouvoir satisfaire nos besoins essentiels, ce qui parfois nous empêche de comprendre ce que ressentent ceux qui ne peuvent pas les satisfaire. Dans ce sens, le jeûne volontaire nous expose face à la carence et au désagrément, mais aussi à nous rendre compte de celui en besoin (Ésaïe 58 :7), ce qui nous défie et incite à mener un style de vie plus cohérente avec les principes de Jésus Christ. Finalement, des actions concrètes comme celle-ci nous permettent d'ouvrir notre cœur, d'oublier l'indifférence et d'être plus sensibles face aux besoins des autres.

Si nous n'avons pas la capacité d'assumer la douleur des autres, nous pourrions difficilement lutter en faveur d'un changement social et travailler pour un monde meilleur



It takes a world
to end violence against children

Nous nécessitons le jeûne et la prière des jeunes dans le but d'éliminer la violence envers les enfants.

Le jeûne en tant que dénonciation



Notre journée de jeûne et de prière, **12 heures de solidarité** constitue un acte public qui cherche à attirer l'attention des responsables de la prise des décisions et de toute la société (nos églises, des groupes de jeunes, des amis, etc.) sur un problème qui détruit nos pays et notre continent: la violence envers les enfants et les adolescents.

Il y a deux choses dont le jeûne ne peut pas se séparer: la prière et la justice. Cela était clair pour les prophètes de l'Ancien Testament ainsi que pour Jésus lui-même, qui ont souvent dénoncé les pratiques spirituelles vides d'actions de justice.

Notre société est devenue une société consummatrice: les personnes se distinguent par ce qu'elles achètent. Pour cette raison, le fait de renoncer de manière volontaire n'est pas seulement un acte de maîtrise de soi mais aussi une dénonciation dans le sens prophétique : c'est le fait de marcher contre-courant. Le jeûne a été reconnu par les chrétiens et par les non-chrétiens comme étant un acte de protestation non-violente destiné à atteindre des buts et des revendications liées à la justice notamment. Des personnages historiques tels Mahatma Gandhi (Inde), Desmond Tutu (Afrique du Sud) et Adolfo Pérez Esquivel (Argentine) sont parmi ceux s'ayant servi de la grève de la faim pour faire une pression non-violente.

Un pas en avant vers l'engagement et vers la solidarité



Si toi et ton groupe d'amis vous souhaitez de faire un jeûne d'aliments, vous pourriez également faire un pas en avant vers l'engagement et vers la solidarité : vous pourriez faire un don équivalent à la valeur de ce que vous auriez pu manger pendant les heures du jeûne afin de le destiner aux enfants vulnérables de votre pays ou à ceux des pays qui sont en urgence humanitaire. Dans ce cas, tu peux compter sur le personnel de Vision Mondiale qui pourra t'accompagner et te conseiller sur la manière de le faire.



Tu peux aussi développer un projet pour améliorer la vie des enfants de ta communauté, tu peux demander au personnel de Vision Mondiale le manuel pour créer des projets de volontariat.



Préparer le jeûne

N'oublie pas!

Ton jeûne ne doit pas se limiter à renoncer aux aliments mais toi et tes amis pourriez renoncer à quelque chose de différent: Lis Ésaïe 58:6-7, et analyse si tu as des attitudes ou des comportements comme ceux de la liste du verset 6 que tu souhaites abandonner urgemment. Analyses aussi par rapport à ton entourage, quelles actions des inclus sur la liste du verset 7 tu dois pratiquer régulièrement.

Désormais tu es conscient de la profondeur et de la force transformatrice du jeûne, essaie maintenant toi même avec tes amis d'en tirer le plus grand profit. Voici une liste des démarches utiles qui t'aideront à préparer tes 12 heures de solidarité:

1.

Définis le but de ton jeûne: pour quelle raison le fais-tu (pour une situation particulière touchant aux enfants, aux adolescents et, d'une manière ou d'une autre, touchant ton cœur)?

2.

Définis le type de jeûne que tu feras en fonction du temps pendant lequel tu vas jeûner (nous te proposons un jeûne de 12 heures): certains aliments, des loisirs, des jeux vidéo, ...?

3.

Prépare-toi du point de vue spirituel: cherche davantage de renseignements sur les objectifs de ton jeûne et réfléchis au projet de Dieu d'accorder du bien-être et la plénitude à Sa création. Tu peux te servir des études bibliques sur le Jeûne Solidaire que tu pourras trouver sur le site <http://www.wvi.org/es/AyunoSolidario>

4.

Prépare-toi physiquement: choisis des fruits et des légumes et essaie d'éviter les aliments gras ou trop sucrés un ou deux jours avant de commencer ton jeûne que

Algunos tips para mantenerte saludable durante el ayuno:



S'il s'agit de la première fois que tu vas faire du jeûne, il ne faudrait pas faire un jeûne total, prends de l'eau pendant les 12 heures. Après le jeûne mange quelque chose de léger. Au bout des 12 heures de jeûne mange des plats faciles à digérer tels que du riz, des pâtes et des fruits



Dors suffisamment. Tes niveaux d'énergie ne seront pas les mêmes, alors c'est important de dormir suffisamment avant et pendant les 24 heures de jeûne



Boit beaucoup de liquides. Assure-toi de boire assez d'eau et de jus de fruits pendant le weekend afin de rester hydraté. (Évite les jus acides tels que le jus d'orange).



It takes a world
to end violence against children

Activités à faire durant les 12 heures de solidarité

N'oublie pas!

Dans le but d'ajouter de la puissance et des synergies aux 12 heures de solidarité, assure-toi de partager sur tes comptes Facebook et Twitter des photos, des vidéos et des messages.

Il nous faut des mobilisations conjointes afin d'entreprendre des actions visant à éliminer la violence envers les enfants

- Commence ta journée en louanges et en prière, remerciant Dieu de t'accorder l'occasion de te mettre à la place des autres et en lui demandant d'ouvrir ton cœur à ce qu'Il voudra t'apprendre.
- Explique les raisons pour lesquelles il faut faire le jeûne.
- Mets de la musique afin de partager ta joie avec les participants. Le jeûne ne doit pas être un moment de tristesse.
- Organise des conversations courtes et aide les autres à prendre conscience sur les manières dont l'abus, l'exploitation et la négligence lèsent le développement des enfants.
- Présente le projet de protection aux enfants que tu auras choisis et explique-le.
- Invite un conférencier spécial qui puisse parler de la protection des enfants et réfléchis avec tes amis à la manière dont vous pouvez contribuer à changer cette situation.
- Marchez dans votre quartier et priez pour les besoins des enfants et des adolescents qui y habitent.
- Organise des activités de groupe avec des enfants et avec des adolescents se trouvant dans des situations vulnérables.
- Fais une donation équivalente au prix des aliments que tu aurais consommé, à un projet lié à la protection des enfants dans ton pays ou dans les pays en état d'urgence humanitaire déjà mentionnés. Encourage les autres à en faire de même.
- Organise un projet de volontariat pour améliorer la qualité de vie des enfants de ta communauté.
- Partage des messages et des photos sur tes réseaux sociaux au sujet du jeûne solidaire, afin d'ajouter des amis virtuels à cette réflexion.



World Vision
Pour les enfants

...et le plus important:

Concentre-toi pour atteindre les buts que tu te serais fixé concernant ton service bénévole. Si tu aides les autres durant ton jeûne, tu t'aideras aussi à te centrer non pas dans combien difficile est ta renonciation, mais aux éléments positifs de ton action pour un changement tant pour toi que dans le monde.



It takes a world
to end violence against children

SUIS NOUS SUR:
WWW.WVI.ORG/ES/AYUNOSOLIDARIO
FACEBOOK / INSTAGRAM: [WORLDVISIONLAC](#)
TWITTER: [@WORLDVISIONLAC](#)