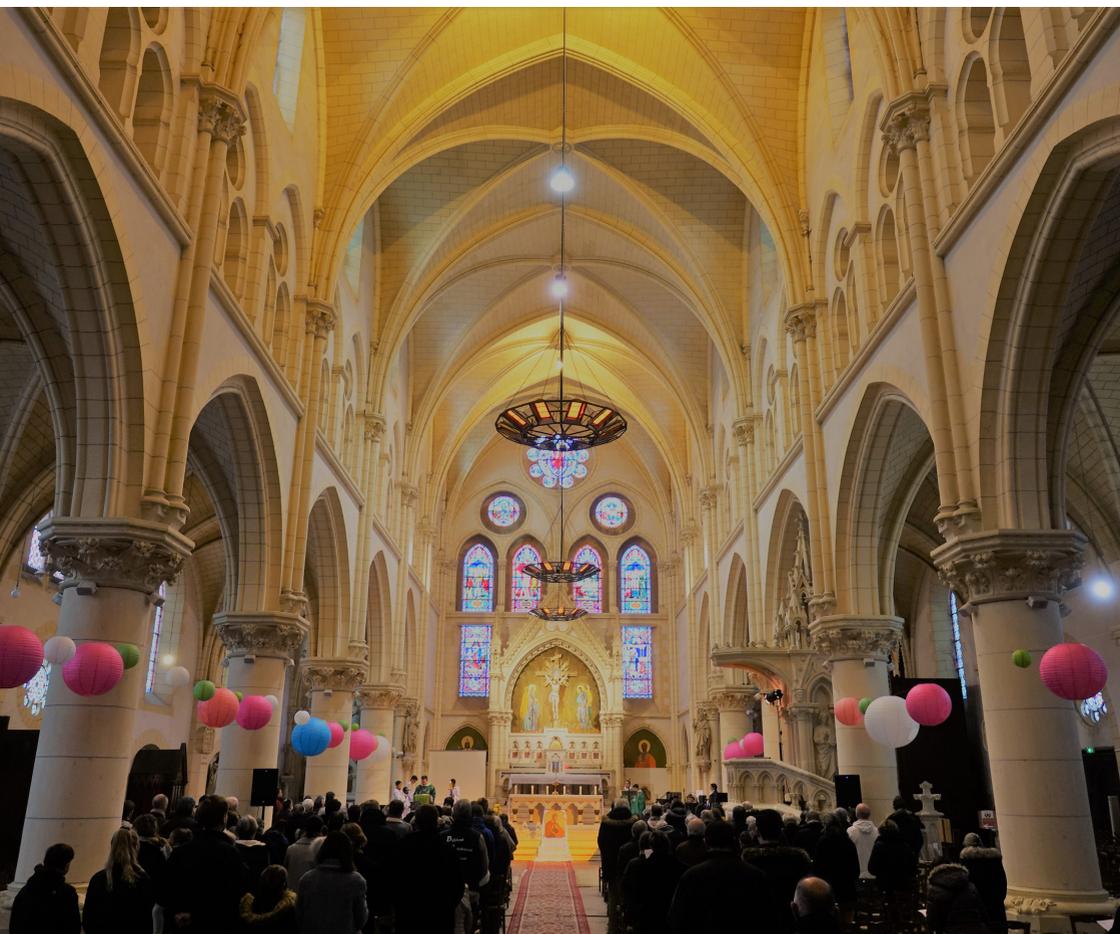


# La messe, une rencontre

Parcours paroissial



PAROISSE CATHOLIQUE DE DINARD | PLEURUIT  
SAINT-BRIAC | SAINT-LUNAIRE | SAINT-ENOGAT  
LA RICHARDAIS | LE MINIHC-SUR-RANCE

*paroissedinardpleurtuit.fr - 02 99 46 13 32*  
*petitsgroupes@paroissedinardpleurtuit.fr*

## PRIÈRE OFFICIELLE POUR LE JUBILÉ ET L'ANNÉE SAINTE 2025

*Père céleste,  
En ton fils Jésus-Christ, notre frère,  
Tu nous as donné la foi,  
Et tu as répandu dans nos cœurs par l'Esprit Saint,  
la flamme de la charité  
Qu'elles réveillent en nous la bienheureuse espérance  
de l'avènement de ton Royaume.  
Que ta grâce nous transforme,  
Pour que nous puissions faire fructifier les semences de l'Évangile,  
Qui feront grandir l'humanité et la création tout entière,  
Dans l'attente confiante des cieux nouveaux et de la terre nouvelle,  
Lorsque les puissances du mal seront vaincues,  
Et ta gloire manifestée pour toujours.*

*Que la grâce du Jubilé,  
Qui fait de nous des Pèlerins d'Espérance,  
Ravive en nous l'aspiration aux biens célestes  
Et répande sur le monde entier la joie et la paix  
De notre Rédempteur.  
À toi, Dieu béni dans l'éternité,  
La louange et la gloire pour les siècles des siècles.*

*Amen*

## INTRODUCTION AU PARCOURS SUR LA MESSE

### « De spectateur à acteur »

Nous sommes peut-être des pratiquants réguliers et anciens ou bien nous recommençons à fréquenter l'Église après une pause de quelques années ou bien encore nous avons découvert Jésus il y a peu de temps. Nous comprenons le caractère sacré de la messe du dimanche, mais la messe est parfois longue, nous ne comprenons pas toutes les paroles, les signes, il nous arrive d'être perdus, distraits ou de répondre de façon automatique.

Pourtant, comme il y a 2000 ans lors du dernier repas avec ses apôtres, Jésus est réellement présent. Eux aussi sans doute n'ont pas tout compris de ce qui se passait.

Ce parcours de Carême a été réalisé par une équipe de paroissiens mandatée par le Conseil Pastoral Paroissial pour nous permettre de mieux approcher ce grand mystère, et de mieux comprendre la messe dans ses trois dimensions : ce qu'elle est/ce qui s'y passe, sa dimension fraternelle et sa dimension missionnaire, et ainsi mieux vivre notre rencontre avec Jésus. C'est une invitation à nous laisser toucher et surprendre, à nous laisser rencontrer et transformer par Jésus.

Le parcours s'adresse aux petits groupes de la paroisse et la proposition est faite plus largement à tous pendant le Carême 2025.

Il est conçu pour être accessible à tous, avec de courts éclairages spirituels et des temps de partage. **Les partages seront courts dans un esprit de bienveillance et d'écoute et n'appelleront pas de débats ou de commentaires.**

Le parcours se vit en petit groupe et personnellement.

Bon visionnage des cinq vidéos !

## SOMMAIRE

Le parcours comporte 5 séances en petits groupes à votre rythme

- Ce qui me marque à la messe page 5
- Les acteurs de la messe page 9
- D'où vient la messe ? page 13
- Pourquoi participer à la messe ? page 18
- Comment vivre de la messe ? page 25
  - ◊ Chants page 28
  - ◊ Quelques témoignages page 32
  - ◊ Quelques liens page 33
  - ◊ Glossaire page 34

## DÉROULEMENT D'UNE SÉANCE

Les séances durent 1h30. Il peut être utile de désigner une personne responsable de la gestion du temps et qui veillera à ce que chacun puisse s'exprimer de façon concise.

- Prière 15'
  - ◊ Chant (cf. liste en fin de livret et «playlist» sur la chaîne Youtube de la paroisse)
  - ◊ Texte de la Parole de Dieu
  - ◊ Méditation silencieuse
- Ce que j'ai gardé et vécu depuis la dernière rencontre 15'
- Éclairage spirituel de 10' en vidéo, notes à l'appui
- Partage à partir de questions proposées 20'
- Suggestions de petites décisions pour la suite
- Temps fraternel 20'

Les vidéos supports sont disponibles sur la chaîne Youtube de la paroisse (@paroissedinard) dans la «playlist» dédiée au parcours.

## séance 1

# CE QUI ME MARQUE À LA MESSE

Vidéo disponible sur la chaîne Youtube de la paroisse (@paroissedinard)

Cette séance va balayer différents aspects de la messe :

- le lieu : le cadre physique de la messe
- la liturgie\* : lectures, chants et silences
- les attitudes : les façons d'être présent à la messe
- la communauté : l'assemblée présente mais aussi la paroisse.

Ce premier rendez-vous basé principalement sur des échanges sans commentaire est l'occasion de faire le point sur ce qu'est la messe pour nous.

Prière

CHANT

TEXTE DE LA PAROLE DE DIEU

! Chant  
+ Texte  
+ Méditation :  
**15 minutes**

ÉVANGILE SELON SAINT JEAN 6, 5-14

*Jésus leva les yeux et vit qu'une foule nombreuse venait à lui. Il dit à Philippe : Où pourrions-nous acheter du pain pour qu'ils aient à manger ? Il disait cela pour le mettre à l'épreuve, car il savait bien, lui, ce qu'il allait faire. Philippe lui répondit : Le salaire de deux cents journées ne suffirait pas pour que chacun reçoive un peu de pain. Un de ses disciples, André, le frère de Simon-Pierre, lui dit : Il y a là un jeune garçon qui a cinq pains d'orge et deux poissons, mais qu'est-ce que cela pour tant de monde ! Jésus dit : Faites asseoir les gens. Il y avait beaucoup d'herbe à cet endroit. Ils s'assirent donc, au nombre d'environ cinq mille hommes.*

*Alors Jésus prit les pains et, après avoir rendu grâce, il les distribua aux convives ; il leur donna aussi du poisson, autant qu'ils en voulaient. Quand ils eurent mangé à leur faim, il dit à ses disciples : Rassemblez les morceaux en surplus, pour que rien ne se perde. Ils les rassemblèrent, et ils remplirent douze paniers avec les morceaux des cinq pains d'orge, restés en surplus pour ceux qui prenaient cette nourriture. À la vue du signe que Jésus avait accompli, les gens disaient : C'est vraiment lui le Prophète annoncé, celui qui vient dans le monde.*

## MÉDITATION SILENCIEUSE

Fermez les yeux quelques instants et imaginez la scène. Où êtes-vous, que voyez-vous, que ressentez-vous ?

## QUELQUES RÉFLEXIONS

Cet épisode dit de la multiplication des pains est présent dans les quatre Évangiles, il préfigure le dernier repas de Jésus, la Cène\*. On y voit une foule attentive, des disciples chargés de prendre soin de cette foule, un jeune garçon prêt à donner ce qu'il a pour le partager avec la foule. Différents rôles et attitudes se dessinent déjà. Comme il le fera au moment de la Cène\* mais aussi devant les disciples d'Emmaüs, Jésus rend grâce avant de distribuer le pain et le poisson. L'abondance qui en résulte a de quoi interpellier. Les pains et poissons en surplus donnent à penser que ce que Jésus avait à partager dépassait largement l'assemblée présente. Son enseignement s'adresse à tous les hommes, à ceux qui ne sont pas présents comme à ceux qui se trouvent assis dans l'herbe. De même, ce n'est pas seulement l'Église\* qui est conviée à la messe mais le monde tout entier. Cette nourriture que Jésus partage sans compter, si elle évoque le pain eucharistique, représente également la nourriture spirituelle.

C'est à la multiplication des pains et poissons que la foule reconnaît que Dieu est là. Nous pouvons nous demander comment nous réagirions, où nous serions si nous assistions à cette scène. Et par la même occasion, demandons-nous si nous vivons la messe de la même façon. Lorsque nous sommes à la messe, nous sommes comme cette foule venue écouter Jésus et qui partage un repas avec les disciples, comme cette foule venue les mains presque vides, mais pas tout à fait, et qui reçoit bien plus qu'attendu.

## PREMIER PARTAGE

Il s'agit d'un partage et non d'un débat. Chacun doit se sentir en confiance pour pouvoir aborder des points plus ou moins sensibles de sa vie spirituelle. Le partage est en soi une expérience très riche qui permet à chacun de prendre du recul sur son expérience. (Pour ce premier partage comme pour chaque partie ensuite, consacrez 2 minutes par personne. L'hôte est le maître du temps.)

- Qu'est-ce que la messe pour moi ?
- Qu'est-ce que j'attends de ce parcours ?

## CE QUI ME MARQUE À LA MESSE : PARTAGES

À présent, nous allons observer les différents aspects de la messe et nous demander comment nous les vivons, ce qui nous permet ou non de vivre pleinement la messe.

Réfléchissez à ces questions seul. Afin que le partage en groupe reste concis, chacun choisit la question qui le touche le plus. Vous n'aurez peut-être pas le temps de traiter les quatre thèmes, choisissez alors les plus importants pour vous.

## 1. Le lieu

- Comment est-ce que je me sens dans les différentes églises que je connais ? Y a-t-il une église dans laquelle je me sens particulièrement bien ?
- Ai-je déjà vécu une expérience forte dans une église ?
- Quand je pense à la messe, quel lieu en particulier est-ce que je me représente ?
- Lorsque je voyage, quelle place les églises ont-elles dans mes visites ?
- À quels éléments architecturaux et de décor suis-je sensible ?
- À quel endroit de l'église je me sens le mieux ? (la chapelle de la Vierge, le tabernacle, les bas-côtés ...)
- Comme beaucoup de paroisses, celle de Dinard-Pleurtuit rassemble plusieurs clochers. Comment l'église dans laquelle est célébrée la messe influence-t-elle ma façon de vivre la messe ?
- En quoi la décoration florale de l'église m'aide-t-elle à suivre la messe ?

## 2. La liturgie\*

- Ma façon de vivre la messe varie-t-elle selon le prêtre qui célèbre la messe ?
- Comment est-ce que j'accueille la façon dont sont lus les textes ?
- Comment suis-je touché par le choix des chants ?
- Que je chante moi-même ou écoute, comment les chants me permettent-ils de diriger mon esprit vers Dieu ?
- Quelle importance l'accompagnement par des instruments a-t-il pour moi ?
- Quelle importance les silences ont-ils pour moi ?

## 3. Attitudes

- Comment me préparé-je à aller à la messe ?
- Si je prends du temps pour lire les textes avant la messe, quel changement cela produit-il ?
- Quelle est ma tenue du dimanche ?
- Comment l'attitude de mes voisins influe-t-elle sur ma participation à la messe ? Le bruit me dérange-t-il ?
- Comment est-ce que j'accueille les pleurs d'un bébé pendant la messe ?
- Si j'ai eu l'occasion de participer à la messe dans d'autres pays, quelles différences m'ont frappé et pourquoi ?
- Comment est-ce que je me sens lorsque l'assemblée tape dans les mains pour certains chants ou applaudit pendant la messe ?



15 minutes



15 minutes  
par partage

#### 4. Communauté

- Comment les mouvements de l'assemblée (se lever, s'asseoir) m'affectent-ils ?
- Le contact avec mes voisins lors de la paix du Christ est-il un moment de joie ou de gêne ?
- Comment les échanges de regards participent-ils d'une messe bien vécue ?
- Ai-je déjà pensé à proposer à une voisine âgée par exemple de l'emmener à la messe ?
- Ai-je déjà porté la communion\* à un fidèle malade ou trop âgé pour se déplacer ?
- Si je souhaitais m'impliquer dans la célébration\* de la messe, est-ce que je me proposerais comme lecteur, chanteur, sacristain ou fleuriste liturgique ?
- Après la messe, quels temps est-ce que je prends pour rencontrer mes frères et sœurs ?
- Pour qui est-ce que je prie pendant la messe ? Après la messe ?
- Si je continue à prier après la messe, qu'est-ce qui m'aide à prier ?

#### PROPOSITION D'EXERCICE EN PRÉVISION DE LA SÉANCE NUMÉRO 2

Lorsque vous participerez à la messe, prenez soin de noter quels sont les acteurs de la messe et quand ils interviennent.

Un livret de messe est disponible dans les églises de la paroisse.

Qui	Quand	Comment

TEMPS FRATERNEL

 **20 minutes**

#### séance 2

## LES ACTEURS DE LA MESSE

Si la messe est une rencontre comme l'affirme le titre du parcours, qui allons-nous rencontrer ? Dans quelle attitude, dans quel mouvement ? Avec quels mots ?

La messe est le lieu privilégié d'une rencontre d'amour entre Dieu, Père, Fils et Saint Esprit et l'Assemblée. Chaque participant a son rôle et sa place dans la célébration\* de la messe, bien au-delà d'un spectacle bien réglé avec un acteur principal, le prêtre en aube et chasuble\*, qui récite un texte que nous ne comprenons pas très bien et auquel nous répondons sans très bien comprendre non plus.

C'est toute l'Église, le Corps du Christ\* qui célèbre la messe.

#### CHANT

*Prière*

#### TEXTE DE LA PAROLE DE DIEU

 Chant  
+ Texte  
+ Méditation :  
**15 minutes**

PREMIÈRE ÉPÎTRE DE SAINT PAUL AUX CORINTHIENS 12, 12-13, 14-19, 27

*Prenons une comparaison : le corps ne fait qu'un, il a pourtant plusieurs membres ; et tous les membres, malgré leur nombre, ne forment qu'un seul corps. Il en est de même pour le Christ. C'est dans un unique Esprit, en effet, que nous tous, nous avons été baptisés pour former un seul corps. Tous, nous avons été désaltérés par un unique Esprit. Le corps humain se compose non pas d'un seul, mais de plusieurs membres. Le pied aurait beau dire : Je ne suis pas la main, donc je ne fais pas partie du corps, il fait cependant partie du corps.*

*L'oreille aurait beau dire : Je ne suis pas l'œil, donc je ne fais pas partie du corps, elle fait cependant partie du corps. Si dans le corps, il n'y avait que les yeux, comment pourrait-on entendre ? S'il n'y avait que les oreilles, comment pourrait-on sentir les odeurs ? Dans le corps, Dieu a disposé les différents membres comme il l'a voulu. S'il n'y avait en tout qu'un seul membre, comment cela ferait-il un corps ? Or, vous êtes corps du Christ\* et, chacun pour votre part, vous êtes membres de ce corps qui est l'Église.*

## MÉDITATION SILENCIEUSE

- Comment comprenons-nous cette image du corps ?
- Si le Christ est la tête du corps, où est ma place ?
- Quel sang, quelle énergie irrigue tout le corps ?
- À la messe, comment est-ce que je me sens membre du corps du Christ ?

## CE QUI A ÉTÉ GARDÉ ET VÉCU DEPUIS LA DERNIÈRE RENCONTRE

Partage à partir de la proposition d'exercice et de ce qui vous a marqué depuis la séance précédente



15 minutes

## ÉCLAIRAGE SPIRITUEL

Vidéo disponible sur la chaîne Youtube de la paroisse (@paroissedinard)



10 minutes

### 1. Dieu, Père, Fils et Saint Esprit est l'acteur principal de la messe

L'acteur principal de la messe n'est rien moins que la Trinité\*.

Dans le Credo\*, nous affirmons notre foi :

- Je crois en Dieu le Père Tout puissant, créateur du ciel et de la terre, ...
- Je crois en un seul Seigneur Jésus-Christ, le Fils unique de Dieu, ...
- Je crois en l'Esprit Saint qui est Seigneur et qui donne la vie, ...

Toute prière s'adresse au Père par le Fils, dans l'unité du Saint Esprit Saint.

En particulier à la messe.

C'est ainsi que la première parole du prêtre en notre nom au début de la messe est avec le signe de Croix : « Au nom du Père et du Fils et du Saint Esprit. »

Tout comme à la bénédiction finale.

Du **Père**, nous implorons le pardon dans le Je confesse à Dieu.

**Jésus-Christ** est présent dans sa Parole que nous entendons dans l'Évangile. Avec Jésus, nous disons la prière du Notre **Père** qu'il a enseigné à ses apôtres.

Nous prions **Jésus**, l'Agneau\* de Dieu, de nous prendre en pitié et de nous donner la paix.

À la consécration\*, c'est l'**Esprit Saint** qui rend présent le Christ dans le pain et le vin et qui actualise ainsi son œuvre de salut.

En conclusion de la prière eucharistique, le prêtre élève la patène sur laquelle repose l'hostie et le calice qui contient le vin, en geste d'offrande et dit : « Par lui, avec lui et en lui, à toi, Dieu le Père tout-puissant, dans l'unité du Saint-Es-

prit, tout honneur et toute gloire, pour les siècles des siècles »

C'est peut-être le moment le plus solennel de la messe : les gestes et les paroles expriment bien comment le Christ immolé est à la fois reçu du Père et donné au Père, dans l'élan de l'Esprit Saint, au bénéfice de toute l'Église.

À chaque messe, l'Église du ciel\*, le Royaume de Dieu se rend présent à nous, l'Église\* de la terre, l'assemblée qui participe à la messe. Dans le Gloire à Dieu, nous louons Dieu avec tous les anges et tous les saints.

La messe est comme un avant-goût de la liturgie\* céleste à laquelle nous aspirons. Elle rassemble le Corps du Christ\* dont parle saint Paul dans la première épître aux Corinthiens.

### 2. L'assemblée des participants à la messe

C'est toute l'assemblée terrestre mais aussi céleste qui célèbre la messe, chacun selon la diversité des fonctions et de la participation de chacun des membres.

**Le prêtre**, par l'imposition des mains au moment de son ordination par l'évêque, a reçu la mission de rendre présent le Christ parmi les hommes, en célébrant l'Eucharistie\*, en pardonnant les péchés, en instruisant et guidant le peuple qui lui est confié.

À la messe, le prêtre préside l'assemblée en la personne du Christ, proclame l'Évangile, prie le Père au nom de l'assemblée et consacre le pain et le vin qui deviennent le Corps et le Sang du Christ en prononçant en son nom les paroles mêmes du Christ à la Cène\*.

Le **diacre**, lui aussi ordonné par l'Évêque, assiste le prêtre dans la célébration\* de la messe. Il lit l'Évangile, peut donner l'homélie, prépare l'autel, propose aux participants de se donner un geste de paix et proclame l'envoi à la fin de la messe.

Les **servants de messe** remplissent des fonctions de porte-croix, portecierge, chargé de l'encensoir, ...

Les **servantes d'assemblée** allument les cierges de l'autel, apportent les offrandes, font la quête, transmettent la paix du Christ, guident les fidèles dans la procession de communion\*...

### Les membres de l'assemblée

Par le baptême, chaque baptisé participe au sacerdoce\* du Christ. C'est l'une des redécouvertes les plus importantes du dernier Concile Vatican II.

C'est toute l'assemblée présente qui célèbre la messe ; le prêtre, qui fait aussi partie de cette assemblée, préside la célébration\* et la prière de tous.

C'est un appel de l'Église\* à une participation active et consciente à la liturgie\* de la messe.

Un appel à y être présents de tout notre corps, notre cœur et notre esprit.

Cela se traduit par les acclamations, les dialogues, le chant des psaumes, les antiennes, les cantiques, mais aussi les actions, les gestes, les attitudes corporelles, le silence auxquels nous sommes invités tout au long des liturgies\*. Certains membres de l'assemblée ont une fonction particulière, comme animer les chants, lire la Parole de Dieu, donner la communion\*...

À la messe, nous sommes pleinement unis à Dieu, à la fois personnellement et avec nos frères et sœurs de l'assemblée et plus largement de l'Église du Ciel\* et de la terre.

C'est ainsi que dans les prières ou les réponses, nous disons soit **Je** soit **Nous**. Quand nous demandons pardon à Dieu de nos fautes, nous disons « **Je** confesse à Dieu », quand nous exprimons notre foi, nous disons « **Je** crois en Dieu », avant de recevoir la communion\* nous disons « Seigneur, **Je** ne suis pas digne de te recevoir, ... » en notre nom propre et tous ensemble avec l'assemblée, la communauté des chrétiens, le Peuple de Dieu\*.

Quand nous acclamons le Seigneur en chantant « Saint, Saint le Seigneur » c'est **nous** tous ensemble, comme lorsque nous implorons la miséricorde de Dieu « Seigneur prends pitié de **nous** ».

Quand nous proclamons avec foi « Amen », comme à la communion\* quand le prêtre ou le laïc qui nous donne l'hostie dit « Le Corps du Christ ». Cela exprime l'intensité de notre foi : oui, **Je** crois.

Chaque instant de la messe, chaque parole, chaque réponse, chaque geste, nous relie au Père, au Fils et au Saint Esprit personnellement et en communauté.

Nous écoutons la Parole de Dieu, nous répondons aux prières, nous chantons, nous sommes debout, assis, à genoux. Nous vivons pleinement, totalement la messe

Si nous en sommes bien les acteurs, le silence présent dans nos liturgies\* vient nous faire comprendre qu'elle n'est jamais notre œuvre propre mais celle de Dieu, le véritable acteur. Notre premier rôle à la messe devrait être l'écoute de Celui qui seul est le maître de nos liturgies\*. Ainsi par elles, nous laisserons Dieu être Dieu.

## PROPOSITIONS DE QUESTIONS À PARTAGER

- Dans ce que j'ai entendu, y-a-t-il des expressions ou des points à éclaircir ?
- Qu'est-ce qui m'a touché ?
- Qu'est-ce que j'ai appris ?
- Comment passer de spectateur à acteur à la messe ?
- Sur quel point vais-je être plus attentif à la prochaine messe ?



15 minutes

## PROPOSITIONS DE PETITES DÉCISIONS

- Une décision modeste pour participer davantage à la prochaine messe, rencontre d'amour
- Relire les grandes prières de la messe avant d'y participer
- Aller à une messe dans un lieu moins familier, avec un nouvel horaire

**Encouragement** - Trouver une date pour participer ensemble à une messe de semaine pour approfondir la rencontre et de s'éclairer les uns les autres dans votre manière de vivre la messe. Vous trouverez les horaires de messe sur le site [paroissedinardpleurtuit.fr](http://paroissedinardpleurtuit.fr) dans la rubrique «Actu > Agenda paroissial».

## TEMPS FRATERNEL



20 minutes

## séance 3 D'OU VIENT LA MESSE ?



La messe est le signe concret de la Nouvelle Alliance\* que Dieu offre à tous les hommes par la mort et la Résurrection de son fils Jésus-Christ. La messe renouvelle la Cène\*, dernier repas de Jésus avec ses disciples. Dans la messe, Jésus se fait nourriture pour nous sauver du péché et nous donner la vie éternelle. C'est à une véritable rencontre d'amour que Dieu nous invite.

Prière

CHANT

TEXTE DE LA PAROLE DE DIEU

Chant  
+ Texte  
+ Méditation :  
**15 minutes**

ÉVANGILE SELON SAINT MATTHIEU 26, 26-29

*Pendant le repas, Jésus, ayant pris du pain et prononcé la bénédiction, le rompit, et le donnant aux disciples, il dit : Prenez, mangez, ceci est mon corps. Puis, ayant pris une coupe et rendu grâce, il la leur donna, en disant : Buvez-en tous, car ceci est mon sang, le sang de l'Alliance\*, versé pour la multitude en rémission des péchés. Je vous le dis : désormais je ne boirai plus ce fruit de la vigne, jusqu'au jour où je le boirai à nouveau, avec vous dans le royaume de mon Père.*

MÉDITATION SILENCIEUSE

- Nous pouvons fermer les yeux et nous imaginer au dernier repas de Jésus.
- Nous le regardons bénir le pain et le vin.
- Nous prenons de ses mains le pain et la coupe.
- Nous mangeons et buvons.
- Nous goûtons cet instant en Sa présence.

CE QUI A ÉTÉ GARDÉ ET VÉCU  
DEPUIS LA DERNIÈRE RENCONTRE

15 minutes

Partage à partir des propositions de petites décisions et de ce qui vous a marqué depuis la séance précédente

ÉCLAIRAGE SPIRITUEL

10 minutes

Vidéo disponible sur la chaîne Youtube de la paroisse (@paroissedinard)

### 1. Dieu a tant aimé le monde qu'il a donné son fils unique

Dans le livre de la Genèse\*, Dieu crée l'homme et la femme à son image. Il leur confie le monde qu'il a créé pour eux. Il les crée libres. Mais rapidement, ils se détournent de lui. C'est le péché, choisir le mal plutôt que le bien.

Le Pape François déclare que le péché coupe la relation avec Dieu et il coupe la relation avec nos frères, la relation dans la famille, dans la société, dans la communauté. Le péché coupe toujours, il sépare, il divise.

Mais le dessein d'amour de Dieu ne change pas. Dans l'Ancien Testament\*, Dieu ne cesse de renouveler son Alliance\* avec le peuple qu'il a choisi pour se manifester à lui.

Mais son peuple, le peuple élu, les hébreux, ne suit pas ses commandements, ils rejettent les prophètes, adorent de faux dieux, ....

À chaque fois, ils offrent des sacrifices pour demander pardon à Dieu de leurs fautes et renouveler l'Alliance\* avec Lui. La Pâque juive célèbre la sortie d'Égypte où les hébreux étaient réduits en esclavage. Le sang de l'agneau de Pâques sacrifié à cette occasion est devenu en Israël « un sang sauveur ». Moïse prit le sang, en aspergea le peuple, et dit : Voici le sang de l'Alliance\* que, sur la base de toutes ces paroles, le Seigneur a conclu avec vous. Ex 24, 3-8

Malgré leurs fautes, l'amour inconditionnel de Dieu pour les hommes ne s'arrête pas là.

Jésus, Fils de Dieu, dit à son Père : Tu n'as voulu ni sacrifice, ni offrande, mais tu m'as formé un corps. Tu n'as pas agréé les holocaustes et les sacrifices pour le péché ; alors, j'ai dit : Me voici, je suis venu, mon Dieu, pour faire ta volonté. He 10, 5-7

Car Dieu a tant aimé le monde qu'il a donné son fils unique, afin que quiconque croit en lui ne se perde pas, mais obtienne la vie éternelle. Jn 3, 16-17  
Jésus est le médiateur d'une Alliance\* nouvelle.

Par sa vie, sa mort sur la Croix et sa Résurrection, Jésus nous sauve du péché et de la mort et nous ouvre les portes de la vie éternelle.

C'est la bonne nouvelle de l'Évangile.

Et depuis 2000 ans, Dieu ne cesse de pardonner nos fautes.

Le Pape François écrit que « chaque fois que nous célébrons l'Eucharistie\*, à travers ce sacrement si sobre et solennel, nous faisons l'expérience de la Nouvelle Alliance\* qui réalise pleinement la communion\* entre Dieu et nous. »

La messe est bien ce moment unique de communion\* d'amour avec Dieu.

## *2. La messe renouvelle la Cène\*, dernier repas du Christ avec ses disciples*

*Avant la fête de la Pâque, sachant que l'heure était venue pour lui de passer de ce monde à son Père, Jésus, ayant aimé les siens qui étaient dans le monde, les aima jusqu'au bout.*

*Jésus se lève de table, quitte son vêtement et prend un linge qu'il se noue à la ceinture ; puis il verse de l'eau dans un bassin, il se met à laver les pieds des disciples et à les essuyer avec le linge qu'il avait à la ceinture. Jn 13, 1-4*

Jésus Fils de Dieu se met à genoux devant l'homme pour le servir.

Et Jésus lui-même donne la signification de son geste : C'est un exemple que je vous ai donné afin que vous fassiez, vous aussi, comme je vous ai fait.

Jésus donne tout et se donne lui-même. Il n'y a pas de plus grand amour.

*Moi, je suis le pain vivant, qui est descendu du ciel : si quelqu'un mange de ce pain, il vivra éternellement. Le pain que je vous donnerai, c'est ma chair, donnée pour la vie du monde. Jn 6, 51*

Participer à la messe signifie « vivre encore une fois la passion et la mort rédemptrice du Seigneur » nous dit le Pape François.

À la messe, à la fois nous faisons mémoire de la Croix du Christ et de sa Résurrection et nous participons au banquet sacré de la communion\* au Corps et au Sang du Seigneur.

À la messe, le Christ est réellement présent dans l'assemblée elle-même réunie en son nom, dans la personne du prêtre, dans la Parole de Dieu et aussi, mais de façon réelle et permanente dans l'hostie et le vin consacrés. « Il est là » disait le Curé d'Ars.

Après la consécration\*, où le pain- l'hostie- et le vin sont transformés en Corps et Sang du Christ, le prêtre proclame : « Il est grand le mystère de la foi » et nous répondons par l'acclamation : « Nous annonçons ta mort, Seigneur Jésus, nous proclamons ta résurrection, nous attendons ta venue dans la gloire. »

C'est alors directement à Jésus, présent sur l'autel, que nous adressons notre profession de foi.

## *3. Le Christ notre pain de vie*

Aux tout débuts de l'Église, juste après la Pentecôte\*, les croyants étaient fidèles à écouter l'enseignement des Apôtres et à vivre la communion\* fraternelle, à rompre le pain et à participer aux prières. Ac 2, 42

L'Eucharistie\* est évoquée dans la « fraction du pain ».

Deux mille ans plus tard, nous continuons à réaliser cette image primitive de l'Église.

Dans l'Eucharistie\* se réalise la parole de Jésus : *Et moi, je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin du monde.* Mt 28, 20

Au début du dernier repas avec ses apôtres Jésus leur dit : *J'ai désiré d'un grand désir manger cette Pâque avec vous avant de souffrir.* Lc 22, 15

Cette parole de Jésus par laquelle s'ouvre la Dernière Cène\* s'adresse à nous aujourd'hui. Elle manifeste le désir infini de Dieu de rétablir la communion\* avec tous les hommes.

C'est pourquoi ce même repas sera rendu présent, jusqu'à son retour, dans la célébration\* de l'Eucharistie\* déclare le Pape François.

Chaque fois que nous allons à la Messe, nous sommes attirés par le désir de Dieu pour nous. Et nous, quel est notre désir ? Notre réponse est-elle de nous abandonner à son amour, de nous laisser attirer par lui ?

Eucharistie\* signifie « action de grâces\* », reconnaissance à Dieu, Père, fils et Esprit Saint, qui nous transforment dans sa communion\* d'amour.

La messe, c'est la rencontre d'amour avec Dieu, à travers sa Parole et le corps et le sang du Christ. C'est une rencontre avec le Seigneur.

Jésus lui-même nous dit : *Je suis le pain de la vie, celui qui vient à moi n'aura jamais faim, celui qui croit en moi n'aura jamais soif.* JN 6, 36

Communier signifie recevoir le pain de la vie, recevoir le Christ en nous pour vivre de sa vie.

« Toi le Ressuscité, Tu es ma vie ! » disait le Frère Roger de Taizé.

Le bienheureux Carlo Acutis, mort à 15 ans, allait à la messe tous les jours.

Il disait : « Si on comprenait l'importance de l'Eucharistie\*, il y aurait de telles files d'attente pour recevoir la communion\* qu'on ne pourrait pas entrer dans les églises. »

« L'Eucharistie\* est mon autoroute vers le Ciel. »

#### PROPOSITIONS DE QUESTIONS À PARTAGER



15 minutes

- Dans ce que j'ai entendu, y-a-t-il des expressions ou des points à éclaircir ?
- Qu'est-ce qui m'a touché ?
- Qu'est-ce que j'ai appris ?
- Quelles questions cela me pose ?
- Sur quel point vais-je être plus attentif à la prochaine messe ?

#### PROPOSITIONS DE PETITES DÉCISIONS

- Une décision modeste pour vivre avec Jésus dans ma journée
- Une date pour participer ensemble à une messe de semaine
- M'imaginer comme un des disciples à la consécration\*
- Parler à Jésus présent dans l'hostie après la communion\*

**Encouragement** - Trouver date pour participer ensemble à une messe de semaine.

#### TEMPS FRATERNEL



20 minutes

## séance 4

# POURQUOI PARTICIPER À LA MESSE ?

À la messe, nous offrons Jésus à Dieu le Père et nous nous offrons avec lui.

C'est la plus belle façon de remercier Dieu pour tous ses bienfaits.

Jésus se donne à nous et nous nous donnons à lui.

Prière

CHANT

TEXTE DE LA PAROLE DE DIEU

Chant  
+ Texte  
+ Méditation :  
**15 minutes**

ÉVANGILE SELON SAINT JEAN 2, 1-9

*Le troisième jour, il y eut un mariage à Cana de Galilée. La mère de Jésus était là. Jésus aussi avait été invité au mariage avec ses disciples. Or, on manqua de vin. La mère de Jésus lui dit : Ils n'ont pas de vin. Jésus lui répond : Femme, que me veux-tu ? Mon heure n'est pas encore venue. Sa mère dit à ceux qui servaient : Tout ce qu'il vous dira, faites-le. Or, il y avait là six jarres de pierre pour les purifications rituelles des Juifs ; chacune contenait deux à trois mesures, (c'est-à-dire environ cent litres). Jésus dit à ceux qui servaient : Remplissez d'eau les jarres. Et ils les remplirent jusqu'au bord. Il leur dit : Maintenant, puisiez, et portez-en au maître du repas. Ils lui en portèrent. Et celui-ci goûta l'eau changée en vin. Il ne savait pas d'où venait ce vin, mais ceux qui servaient le savaient bien, eux qui avaient puisé l'eau.*

MÉDITATION SILENCIEUSE

- Je m'imaginer au mariage à Cana
- Je vois Marie et je l'entends dire aux serveurs : « Faites tout ce qu'il vous dira »
- Je vois Jésus faire remplir les jarres d'eau par les serveurs
- Je vois le maître du repas goûter l'eau changée en vin
- Je goûte ce vin de noces
- Quelle offrande de ma vie puis-je faire à Jésus pour qu'il la transforme en vin de noces ?

## CE QUI A ÉTÉ GARDÉ ET VÉCU DEPUIS LA DERNIÈRE RENCONTRE

Partage à partir des propositions de petites décisions et de ce qui vous a marqué depuis la séance précédente



15 minutes

## ÉCLAIRAGE SPIRITUEL

Vidéo disponible sur la chaîne Youtube de la paroisse (@paroissedinard)



10 minutes

Il y a 3 raisons principales de participer à la messe :

- C'est la plus belle façon de remercier Dieu pour tous ses bienfaits
- Jésus a besoin de mon offrande pour le salut du monde
- C'est la plus belle rencontre d'amour avec Dieu, où Dieu s'unit à nous, comme à des noces

### 1. La messe, notre plus bel acte de gratitude possible envers Dieu

Le Christ est le seul à pouvoir offrir un sacrifice agréable à Dieu, car étant Dieu, il est sans péché.

Et ce sacrifice, c'est le don de Lui-même sur la croix pour nous sauver de la mort et du péché.

De plus, Jésus a voulu nous donner son corps et son sang pour que nous puissions nous aussi, « Par Lui, avec Lui et en Lui », offrir un sacrifice agréable à Dieu.

Au moment de la consécration\* du pain qui devient le corps de Jésus, Jésus est réellement vivant ressuscité dans ce pain de vie. Lors de la consécration\* du vin, qui devient le sang de Jésus, nous sommes vraiment rendus présents au pied de la croix il y a 2000 ans à côté de la Vierge Marie. Comment lui rendre amour pour amour ?



**Réflexion personnelle** - Concrètement qu'est-ce que ça change dans ma façon de vivre la messe ? Tout au long de la messe, la liturgie\* (paroles du prêtre et de l'assemblée) nous invite à rendre grâce. Je choisis d'identifier ces différents moments, et de « dire » la liturgie\* avec tout mon cœur, et non par habitude.

La messe est un sacrifice parce qu'elle renouvelle le sacrifice de Jésus sur la croix, sa mort et sa résurrection. Mais plus encore, la messe est un sacrifice d'action de grâces\* car nous offrons Jésus à Dieu le Père, pour le remercier de tous ses bienfaits, de son amour, de nous avoir créés et sauvés par la mort et la résurrection de Jésus.

Participer à la messe est ainsi la plus belle façon de remercier Dieu pour tous ses bienfaits car Jésus nous donne la possibilité de nous unir à Lui pour rendre grâce à Dieu le Père.

Le Psaume 115 exprime bien cela : « Comment rendrai-je au Seigneur tout le bien qu'il m'a fait ? J'élèverai la coupe du salut, j'invoquerai le nom du Seigneur. Je t'offrirai le sacrifice d'action de grâce\*, j'invoquerai le nom du Seigneur »

### 2. La messe, c'est la prière la plus puissante pour le salut du monde

La messe est la prière la plus puissante, car nous nous unissons à l'offrande de Jésus à son Père, pour sauver toutes les âmes\*. Non seulement nous offrons Jésus au Père en demandant à Dieu de sauver toutes les âmes, mais plus encore, Jésus veut nous associer à son sacrifice, en nous demandant d'offrir aussi notre vie, c'est le sens de l'offertoire\*.



Lors de l'offertoire\*, le prêtre prépare les offrandes : Il met une burette (petite carafe) entière de vin dans le calice et il ajoute une goutte d'eau.

La goutte d'eau versée par le prêtre dans le calice représente notre petite offrande, c'est à dire notre vie (nos joies, nos souffrances, notre travail, nos péchés, nos faiblesses, nos efforts). Nous pouvons aussi offrir nos proches, le monde entier, les défunts. La petite goutte d'eau semble perdue dans un « océan » de vin qui représente le sacrifice du Christ : Notre offrande est bien pauvre par rapport au sacrifice du Christ, nous ne pouvons pas participer à la mesure de Jésus à son sacrifice. Mais Dieu, qui n'a pas besoin de nous pour sauver le monde, veut que nous Lui offrons notre goutte d'eau pour participer au salut du monde : cette goutte d'eau est nécessaire dans le plan du salut voulu par Dieu.

Jésus nous montre la nécessité de notre offrande dans l'Évangile de la multiplication des pains, St Jean, 6; 1:16 :

*Jésus vit qu'une foule nombreuse venait à lui. Il dit à Philippe : « Où pourrions-nous acheter du pain pour qu'ils aient à manger ? » (...) Philippe lui répondit : « Le salaire de deux cents journées ne suffirait pas pour que chacun reçoive un peu de pain. » Un de ses disciples, André, lui dit : « Il y a là un jeune garçon qui a cinq pains d'orge et deux poissons, mais qu'est-ce que cela pour tant de monde ! » (...) Alors Jésus prit les pains et, après avoir rendu grâce, il les distribua aux convives ; il leur donna aussi du poisson, autant qu'ils en voulaient.*

Jésus se sert de la petite offrande d'un enfant qui croit que Jésus peut faire des miracles ! Bien sûr cela ne suffit pas et Jésus n'en a pas besoin pour faire un miracle, mais Jésus décide que c'est nécessaire pour nourrir la foule.



**Réflexion personnelle** - Concrètement qu'est-ce que ça change dans ma façon de vivre la messe? Au moment de l'offertoire\*, Jésus a besoin que j'offre au Père toute ma vie et le monde entier, confiant dans le fait que cela participe à sauver des âmes\* !

### 3. La messe est la plus belle rencontre d'amour avec Dieu, où Dieu s'unit à nous, et nous sanctifie

Jésus a aussi besoin de l'offrande de ma vie, pour me rendre saint. Lors de la consécration\*, notre goutte d'eau mêlée au vin devient le sang de Jésus. Ainsi Jésus nous sanctifie à chaque messe et nous prépare pour la vie éternelle. Saint Irénée disait « Dieu s'est fait homme pour que l'homme devienne Dieu. » Jésus a tellement hâte de venir habiter mon cœur par la communion\* (ou de venir spirituellement me visiter si je ne peux pas communier) ! Au moment de la Cène\*, qui institue l'Eucharistie\*, Jésus dit : *J'ai désiré d'un grand désir vivre cette Pâque avec vous.* Est-ce que j'ai conscience que Jésus m'attend avec impatience au tabernacle et qu'Il se réjouit d'une immense joie, de pouvoir s'unir à moi dans l'Eucharistie\* ?

Par la communion\*, Jésus vient accomplir en nous Sa Loi d'Amour. La liturgie\* de la Parole (les lectures) me permet d'accueillir la Parole de Dieu, ses commandements, mais je vois bien que je suis faible et incapable d'accomplir la Loi d'amour de Dieu (d'aimer les autres comme Jésus les aime).

Ainsi, par la communion\*, Jésus vient Lui-même accomplir en nous la Loi d'Amour. Cela veut dire qu'Il nous rend capable d'aimer, Il vient Lui-même aimer en nous. Jésus ajoute : *Celui qui demeure en moi et en qui je demeure,*

*celui-là porte beaucoup de fruit, car, en dehors de moi, vous ne pouvez rien faire.* Jésus nous dit bien que l'on ne peut RIEN faire de bien sans Lui ! D'où la puissance de l'Eucharistie\*.

Juste avant la communion\*, le prêtre, en présentant l'hostie dit : « Heureux les invités au repas des noces de l'Agneau\* ». Car, plus qu'un repas quelconque, la messe est un banquet de noces, le repas joyeux d'un mariage entre Dieu et nous. Où l'on ne fait plus qu'un avec Dieu.

Mais Jésus nous transforme petit à petit : Nous pouvons avoir l'impression que la communion\* n'a pas d'effet, que nous retombons toujours dans les mêmes péchés. Dieu veut que nous restions petits et humbles, en gardant confiance en Lui. C'est souvent quand on regarde en arrière qu'on se rend compte que tel mauvais trait de caractère a disparu, ou alors quand on s'éloigne de Dieu que tel autre resurgit !



**Réflexion personnelle** - Concrètement qu'est-ce que ça change dans ma façon de vivre la messe? Comment est-ce que je veux accueillir Celui qui m'a créé, sauvé, et qui attend avec impatience la communion\* pour s'unir à moi ? Après la communion\*, je peux demander à Jésus de venir m'aider dans un domaine particulier de ma vie (par exemple : Jésus aide moi à être patient avec mes enfants, montre-moi dans la Bible comment tu faisais pour être patient...)

#### PROPOSITIONS DE QUESTIONS À PARTAGER



15 minutes

- Qu'est-ce qui m'a touché / Qu'est-ce que je retiens ?
- Qu'est-ce que je ne comprends pas ?
- Reprendre les trois réflexions personnelles citées plus haut

#### PROPOSITIONS DE PETITES DÉCISIONS

- Vivre la prochaine messe comme un repas de noces
- Écouter ou réécouter l'homélie du dimanche précédent avec un peu de recul

**Encouragement** - Trouver date pour participer ensemble à une messe de semaine.

#### TEMPS FRATERNEL



20 minutes

## Séance 5

# COMMENT VIVRE DE LA MESSE? ...

### ou Le temps de l'envoi à la fin de la messe

Le temps de l'Eucharistie\* dominicale est communément appelé « la messe ». Ce mot vient du latin qui signifie « envoyer ». Pas de messe sans « envoi » ». L'Eucharistie\*, action de grâce\* et communion\*, s'épanouit dans un envoi au monde. *Ite, missa est !* L'Eucharistie\* est une dynamique en ce qu'elle nous envoie annoncer l'Évangile au monde.

Prière

Prier avec une œuvre d'art (vidéo disponible sur la chaîne Youtube de la paroisse, @paroissedinard) que l'on peut visionner en parallèle de l'écoute du texte, Emmaüs, peint par Arcabas (1926-2018)

! Chant  
+ Texte  
+ Méditation :  
**15 minutes**

CHANT

TEXTE DE LA PAROLE DE DIEU

ÉVANGILE SELON SAINT LUC 24, 13-33A

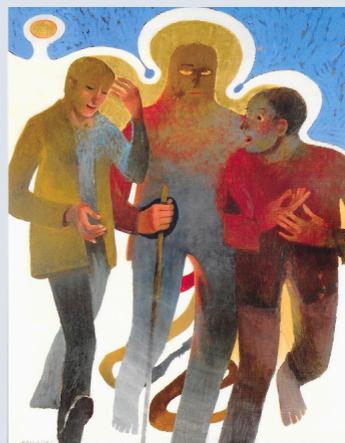
*Le même jour, deux disciples faisaient route vers un village appelé Emmaüs, à deux heures de marche de Jérusalem, et ils parlaient entre eux de tout ce qui s'était passé.*

*Or, tandis qu'ils s'entretenaient et s'interrogeaient, Jésus lui-même s'approcha, et il marchait avec eux.*

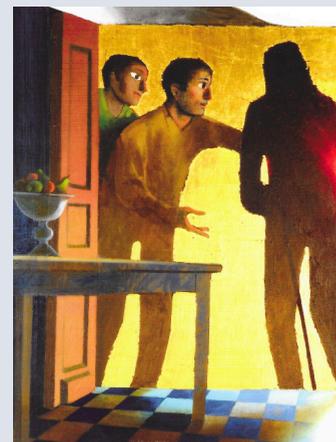
*Mais leurs yeux étaient empêchés de le reconnaître.*

*Jésus leur dit : De quoi discutez-vous en marchant ? Alors, ils s'arrêtèrent, tout tristes.*

*L'un des deux, nommé Cléophas, lui répondit : Tu es bien le seul étranger résidant à Jérusalem qui ignore les événements de ces jours-ci.*



... Or tandis qu'ils s'entretenaient ...



Mais ils s'efforcèrent de le retenir...

l'ont pas vu.

*Il leur dit alors : Esprits sans intelligence ! Comme votre cœur est lent à croire tout ce que les prophètes ont dit ! Ne fallait-il pas que le Christ souffrît cela pour entrer dans sa gloire ?*

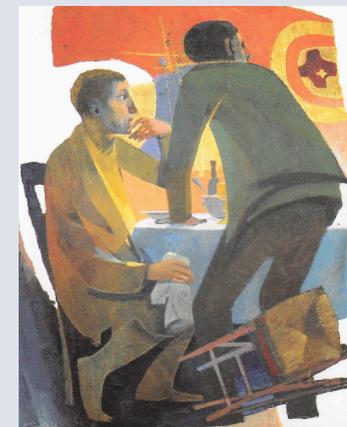
*Et, partant de Moïse et de tous les Prophètes, il leur interpréta, dans toute l'Écriture, ce qui le concernait.*

*Quand ils approchèrent du village où ils se rendaient, Jésus fit semblant d'aller plus loin. Mais ils s'efforcèrent de le retenir : Reste avec nous, car le soir approche et déjà le jour baisse. Il entra donc pour rester avec eux.*

*Quand il fut à table avec eux, ayant pris le pain, il prononça la bénédiction et, l'ayant rompu, il le leur donna. Alors leurs yeux s'ouvrirent, et ils le reconnurent, mais il disparut à leurs regards.*



Quand il fut à table avec eux ...



mais il disparut à leurs regards ....



*Ils se dirent l'un à l'autre : Notre cœur n'était-il pas brûlant en nous, tandis qu'il nous parlait sur la route et nous ouvrait les Écritures ?*

*À l'instant même, ils se levèrent et retournèrent à Jérusalem.*

#### MÉDITATION SILENCIEUSE

- Quelle phrase, quel tableau me touche?
- Comment cela rejoint ce que je vis à la messe?
- Quelle question, quel appel j'entends pour moi aujourd'hui?

À l'instant même, ....

#### CE QUI A ÉTÉ GARDÉ ET VÉCU DEPUIS LA DERNIÈRE RENCONTRE

Partage à partir des propositions de petites décisions et de ce qui vous a marqué depuis la séance précédente



15 minutes

#### ÉCLAIRAGE SPIRITUEL

Vidéo disponible sur la chaîne Youtube de la paroisse (@paroissedinard)



10 minutes

*1. Ce qui se dit, se vit à la fin de la messe : ... pendant le bref Temps d'envoi*

#### Écoute des nouvelles de la communauté paroissiale, diocésaine, ecclésiale

Ouverture aux réalités du monde, les projets, les appels ... je rejoins le Christ serviteur du Lavement des pieds, JN 13, 1-15 ... la sortie pressée des disciples d'Emmaüs transformés par leur rencontre avec le Christ ressuscité, en pleine nuit, Luc 24, 13-35 ...

#### Dialogue avec le prêtre

« Le Seigneur soit avec vous ... » *Dieu est, et demeure avec nous.*  
« Que Dieu, Père Fils Esprit, vous bénisse ... » *Il nous bénit ... je fais le signe de croix, c'est le même geste qu'au début ...*

« Allez dans la paix du Christ ... » *Nous avons reçu la paix du Christ, Il nous envoie dans cette paix la porter et en vivre dans le monde.*

#### La liturgie\* propose plusieurs formules pour le rite de conclusion

« Allez porter l'Évangile du Seigneur » ou « Allez en paix, glorifiez le Seigneur par votre vie »

*Mais elles sont toutes un envoi : « allez... ». Envoi qui peut se déployer par le chant d'envoi*

*2. Un texte du pape François pour nous éclairer et entendre comment « Laisser agir le Christ dans nos vies et s'élargir notre âme... »*

Extrait de LA MESSE - CATÉCHÈSE DU PAPE FRANÇOIS

*Si la messe finit, le témoignage chrétien commence... Nous célébrons l'Eucharistie\* pour apprendre à devenir des hommes et des femmes eucharistiques, ce qui signifie pour laisser agir le Christ dans nos vies, dans nos œuvres. ... Les chrétiens sont des hommes, des femmes qui laissent leur âme s'élargir par la force de l'Esprit Saint, après avoir reçu le corps et le sang du Christ ! Laissez s'élargir votre âme ! Pas ces âmes si étroites et fermées, petites, égoïstes, non ! Des âmes larges, des âmes grandes, avec de grands horizons... Les fruits de la messe sont destinés à mûrir dans la vie de chaque jour.*

*À travers l'Eucharistie\*, le Seigneur Jésus entre en nous, dans notre cœur et dans notre chair, afin que nous puissions « exprimer dans la vie le sacrement reçu dans la foi » (Missel romain)*

*Nous approcher régulièrement de la Table eucharistique renouvelle, fortifie et approfondit le lien avec la communauté chrétienne à laquelle nous appartenons, suivant le principe selon lequel « l'Eucharistie\* fait l'Église » (CEC n°1396), elle nous unit tous. Participer à l'Eucharistie\* engage à l'égard des autres, en particulier des pauvres, en nous éduquant à passer de la chair du Christ à la chair de nos frères, dans lesquels il attend d'être reconnu, servi, honoré et aimé par nous (CEC n°1397)*

### 3. Devenir des hommes, des femmes eucharistiques

#### L'Eucharistie\*, sacrement de la Présence

L'Eucharistie\* est le mystère de la « Présence réelle ». Nous l'avons évoqué dans la 3ème séquence de notre parcours. Vivre l'Eucharistie\* c'est donc vivre pleinement le sacrement de la Présence. De même que le Christ est réellement présent dans nos célébrations\* eucharistiques, de même, comme nous le montrent les Évangiles, Jésus est pleinement présent dans sa vie quotidienne, profondément attentif et présent à chacun.

Avons-nous déjà réalisé qu'être pleinement présent aux autres avait à voir avec la manière de vivre l'Eucharistie\*, « présence réelle » ? Comment être « présence réelle » pour les autres et non pas être, comme souvent, « à moitié là » ... ?

#### La vie « eucharistique » de Jésus

Toute la vie de Jésus a été louange et bénédiction du Père. Il observe avec bienveillance et tendresse la nature et les animaux, les enfants, les femmes, les hommes travaillant la terre, les bergers et leurs troupeaux, les pêcheurs qui réparent leurs filets. Il observe aussi la manière d'être en relation entre êtres humains, les voit prier et vivre leur foi, se débattre dans leurs relations aux choses et à l'argent. Concrètement, il apprend lui-même le métier de charpentier. Sa vie est faite de rencontres et d'échanges. Ce quotidien nourrit sa vie de prière, son enseignement, Jésus « exulte de joie sous l'action de l'Esprit Saint » et il se réjouit car ce que le Père a caché aux sages et aux savants, il l'a révélé aux tout-petits. (Luc 10, 21-24) Jésus ne cesse de le remercier, de lui rendre grâce pour tout ce qu'il voit, tout ce qu'il vit, tout ce qu'il fait, jusqu'à donner sa vie pour nous.

#### Toute vie de baptisé est Eucharistie\*

Rendre grâce et louer Dieu sans cesse, recevoir la vie comme un don et goûter comme Jésus, la joie d'être enfant bien-aimé du Père... C'est un programme eucharistique pour tous ! ... à vivre dans nos messes comme dans notre vie...

Oui vraiment, toute la vie de Jésus a été un grand mouvement eucharistique d'offrande de lui-même jusqu'au point culminant de sa victoire sur la Croix, par la Résurrection. Vivre à sa suite c'est donc vivre toutes choses en lui. Toute vie de baptisé est « Eucharistie\* » si, unie au Christ, elle est saisie toute

entière dans un profond mouvement d'offrande de soi et d'accueil du don de Dieu, d'action de grâce\* et de communion\*. Le fruit de cette offrande, pour ceux qui célèbrent l'Eucharistie\*, est de devenir le corps du Christ. C'est le Christ qui nous unit à Lui en nous unissant les uns aux autres.

Par l'Esprit Saint, nous sommes invités à devenir ce que nous recevons, humblement, concrètement. Toute notre vie est appelée à devenir Eucharistie\*, vivant de cela même que nous recevons : l'amour du Seigneur.

Nous sommes envoyés, dans la paix du Christ, à la fin de la messe poursuivre notre mission de service et d'amour, en étant artisans de paix et de justice dans le monde, pour qu'au terme vienne le Règne de Dieu. Conscients de nos pauvretés et nos limites, dans notre quotidien, nous pouvons retourner à la source: rendre grâce de la présence de Dieu à nos côtés, nous nourrir et nous abreuver à l'Eucharistie\*, y célébrer le mémorial de la mort et la résurrection du Christ, y recevoir la Vie en abondance et de nouveau être envoyés dans la vie du monde pour laisser le Christ agir dans nos vies...

#### PROPOSITIONS DE QUESTIONS À PARTAGER



15 minutes

- Qu'est-ce qui m'apparaît de manière nouvelle ?
- Comment la messe m'invite à mettre ma vie en cohérence avec le Christ ?
  
- À la fin de ce parcours, à quoi suis-je invité-e ?
- Quel envoi j'entends pour moi ? Au près de qui ?

#### TEMPS FRATERNEL



20 minutes

## CHANTS

À retrouver sur la page Youtube de la paroisse de Dinard-Pleurtuit dans la «playlist» dédiée ainsi que sur la page du site [paroissedinardpleurtuit.fr](http://paroissedinardpleurtuit.fr)

### VIENS ESPRIT DE SAINTETÉ

**Viens Esprit de sainteté,  
Viens Esprit de lumière,  
Viens Esprit de feu,  
Viens nous embraser.**

1. Viens Esprit du Père, sois la lumière  
Fais jaillir des cieus ta splendeur de Gloire
2. Témoin véridique, tu nous entraines  
À proclamer : Christ est ressuscité !
5. Fais nous reconnaître l'Amour du Père  
Et révèle-nous la Face du Christ

### ESPRIT DE DIEU, JÉSUS TOI QUI AS PROMIS

1. Jésus, Toi qui as promis d'envoyer  
l'Esprit à ceux qui te prient.

**Ô Dieu, pour porter au monde ton  
feu, voici l'offrande de nos vies.**

2. Jésus Toi qui accomplis le Don de  
l'Esprit, en donnant ta vie,
3. Jésus, Toi qui multiplies les fruits de  
l'Esprit, jusqu'à l'infini,

### SOUFFLE DE VIE

**R. Esprit de Dieu, souffle de vie  
Esprit de Dieu, souffle de feu,  
Esprit de Dieu, consolateur,  
Tu nous sanctifies !**

1. Viens, Esprit, viens en nos cœurs  
Viens, Esprit, nous visiter.  
Viens, Esprit, nous vivifier,  
Viens, nous t'attendons.
2. Viens, Esprit de Sainteté  
Viens, Esprit de vérité.  
Viens, Esprit de charité,  
Viens, nous t'attendons.
3. Viens, Esprit, nous rassembler,  
Viens, Esprit, nous embraser.  
Viens, Esprit, nous recréer,  
Viens, nous t'attendons.

### HUMBLEMENT DANS LE SILENCE DE NOS CŒURS

**R. Humblement, dans le silence de  
mon cœur**

**Je me donne à toi, mon Seigneur**

1. Par ton amour, Fais-moi demeurer  
humble et petit devant toi. **R.**
2. Entre tes mains, Je remets ma vie,  
ma volonté, tout mon être. **R.**
3. Enseigne-moi ta sagesse, Ô Dieu,  
viens habiter mon silence. **R.**
5. Vierge Marie, garde mon chemin dans  
l'abandon, la confiance de l'amour. **R.**

### DIEU NOUS A TOUS APPELÉS

**R. Nous sommes le corps du Christ,  
Chacun de nous est un membre de  
ce corps.**

**Chacun reçoit la grâce de l' Esprit  
pour le bien du corps entier. (bis)**

1. Dieu nous a tous appelés à tenir la  
même espérance,  
**pour former un seul corps baptisé  
dans l'Esprit.**

Dieu nous a tous appelés à la même  
sainteté

**pour former un seul corps baptisé  
dans l'Esprit.**

2. Dieu nous a tous appelés des  
ténèbres à sa lumière,

**pour former ...**

Dieu nous a tous appelés à l'amour et  
au pardon,

**pour former ...**

3. Dieu nous a tous appelés à chanter sa  
libre louange,

**pour former ...**

Dieu nous a tous appelés à l'union avec  
son Fils,

**pour former ...**

### PRENEZ ET MANGEZ

**R. Prenez et mangez,  
Ceci est mon corps,  
Prenez et buvez, voici mon sang !  
Ouvrez vos cœurs !  
Vous ne serez plus jamais seuls :  
Je vous donne ma vie.**

1. Demeurez en moi, comme je demeure  
en vous,  
Qui demeure en mon amour, celui-là  
portera du fruit.  
Comme Dieu mon Père, ainsi je vous ai  
aimés.

Gardez mes paroles, vous recevrez ma  
joie !

2. Je vous ai choisis pour que vous  
portiez du fruit.

Gardez mon commandement et vous  
demeurerez en moi.

Comme je vous aime, aimez-vous d'un  
seul Esprit,  
Je vous donne ma vie : vous êtes mes  
amis !

3. Je vous enverrai l'Esprit Saint, le  
Paraclet.

Il vous conduira au Père et fera de vous  
des témoins.

Cherchez, vous trouverez, demandez,  
vous obtiendrez,

Afin que le Père soit glorifié en vous !

## LUMIÈRE DANS NOS VIES

**R. Lumière dans nos vies,  
Emmanuel  
Ton nom est Dieu avec nous  
Le don de ton esprit nous  
renouvelle  
Tu nous appelles à demeurer en toi  
Pour vivre en enfants du Père.**

1. Sans fin, tu viens chercher  
Sauver tout homme perdu.  
Par toi, nous renaissions  
Réconciliés avec Dieu. **R.**

2. Jésus, ressuscité  
Sauveur et prince de paix  
A toi la majesté  
Ton règne dure à jamais. **R.**

3. Esprit venu d'en haut  
Touche et transforme nos vies  
Fais-nous, dès aujourd'hui  
Sortir et porter du fruit. **R.**

## DEVENEZ CE QUE VOUS RECEVEZ

1. Devenez ce que vous recevez  
Devenez le corps du Christ  
Devenez ce que vous recevez  
Vous êtes le corps du Christ

**R-Devenez ce que vous recevez  
Devenez le corps du Christ  
Devenez ce que vous recevez  
Vous êtes le corps du Christ**

2. Baptisés en un seul esprit  
Nous ne formons tous qu'un seul corps  
Abreuvés de l'unique esprit  
Nous n'avons qu'un seul Dieu et père  
3. Rassasiés par le pain de vie  
Nous n'avons qu'un cœur et qu'une âme  
Fortifiés par l'amour du Christ  
Nous pouvons aimer comme il aime

## ÉCOUTE LA VOIX DU SEIGNEUR

1. Écoute la voix du Seigneur  
Prête l'oreille de ton cœur  
Qui que tu sois ton Dieu t'appelle  
Qui que tu sois il est ton Père.

**Toi qui aimes la vie, ô toi qui veux  
le bonheur**

**Réponds en fidèle ouvrier de sa  
très douce volonté**

**Réponds en fidèle ouvrier de  
l'Évangile et de sa paix**

2. Écoute la voix du Seigneur  
Prête l'oreille de ton cœur  
Tu entendras que Dieu fait grâce  
Tu entendras l'Esprit d'audace. **R.**

3. Écoute la voix du Seigneur  
Prête l'oreille de ton cœur  
Tu entendras grandir l'Église  
Tu entendras sa paix promise. **R.**

## TU NOUS AS SAUVÉS, ALLELUIA

**R. Tu nous as sauvés, alléluia,  
Nous as libérés, alléluia,  
Nous chantons ta gloire, alléluia,  
Béni soit ton Nom, alléluia.**

1. Ta lumière a vaincu l'ombre,  
Et tu guéris nos blessures.  
Tu fais de notre tristesse  
Une joie éternelle. **R.**

2. Ta croix nous a délivrés  
De la mort et du péché.  
Jésus, tu nous as sauvés,  
Nous chantons ta victoire. **R.**

3. Tu nous donnes ton Esprit,  
Pour que nous vivions en toi.  
Il nous envoie aujourd'hui  
Proclamer tes merveilles. **R.**

## MARCHE AVEC NOUS

Marche avec nous, Jésus ressuscité  
Partage nos chemins, nos doutes, nos  
blessures  
À l'heure où nos espoirs ne sont que  
vanité  
Que Ta voix nous rassure

**R. Il n'est pas d'autre signe de vie  
que de donner l'amour  
Nous l'avons reconnu à la tombée  
du jour  
Alors qu'en nous se lève l'étoile du  
matin**

2. Explique-nous, Jésus ressuscité  
Ce que l'intelligence ne peut pas savoir  
Au feu des prophéties nos âmes vont  
brûler  
Et commencer à croire

3. Reste avec nous, Jésus ressuscité  
Nos faims ont épuisé nos terres  
intérieures  
Mais Ton action de grâce\* et Ton pain  
partagé  
Renouvellent nos heures

## JÉSUS LE CHRIST, LUMIÈRE INTÉRIEURE

Jésus le Christ, lumière intérieure,  
ne laisse pas les ténèbres me parler.  
Jésus le Christ, lumière intérieure,  
donne-moi d'accueillir ton amour.

## LA PREMIÈRE EN CHEMIN

La première en chemin  
Marie, tu nous entraînes  
À risquer notre oui  
Aux imprévus de Dieu  
Et voici qu'est semé  
En argile incertaine  
De notre humanité  
Jésus-Christ, fils de Dieu  
**Marche avec nous Marie  
Sur nos chemins de foi  
Ils sont chemins vers Dieu. (bis)**

La première en chemin  
En hâte tu t'élances  
Prophète de celui  
Qui a pris corps en toi  
La parole a surgi  
Tu es sa résonance  
Et tu franchis des maux  
Pour en porter la voix  
**Marche avec nous Marie  
Au chemin de l'annonce  
Ils sont chemins vers Dieu. (bis)**

La première en chemin  
Avec l'Église en marche  
Dès les commencements  
Tu appelles l'esprit  
En ce monde aujourd'hui  
Assure notre marche  
Que grandisse le corps  
De ton fils Jésus-Christ  
**Marche avec nous Marie  
Aux chemins de ce monde  
Ils sont chemins vers Dieu. (bis)**

## QUELQUES TÉMOIGNAGES

### MÈRE TERESA (1910-1997)

Elle a fondé les Missionnaires de la Charité. Elle commençait chaque journée en communion\* avec Jésus dans l'Eucharistie\* et puis elle sortait, le chapelet à la main, pour le trouver et le servir dans « les rejetés, les mal-aimés, les négligés. »

« Dans la vie des missionnaires de la Charité, la prière prend le pas sur le travail lui-même. Nous ne sommes pas des travailleurs sociaux, nous sommes avant tout des contemplatifs. Cette contemplation commence avec l'Eucharistie\*. C'est parce que le Christ se donne réellement dans le sacrifice de la messe et parce qu'il est réellement présent dans le sacrement de l'autel que nous pouvons le toucher dans nos frères et sœurs, les hommes. Pour Mère Teresa, il y a un lien intime entre ces deux formes de présence du Christ dans notre monde, la première étant la source de la seconde. En effet, elle aime donner en modèle à ses sœurs la manière dont le prêtre touche le Corps du Christ\* à la messe. « C'est ainsi, leur dit-elle, qu'elles doivent toucher ce même corps du Christ\* dans le corps souffrant des hommes ». C'est une vision eucharistique du monde. (...) » PERE CHETAITTI Opter pour les plus démunis

### CHARLES DE FOUCAULD, (1858-1916)

Assassiné dans le Sahara algérien. D'abord religieux cistercien frère plus de 10 ans, puis ordonné prêtre en 1902 avant de partir pour le Sahara. Charles de Foucauld passe des heures en adoration : temps de l'intimité et de la gratuité, temps de l'amour. Voici ce qu'il écrit, dans un langage à la fois différent de ce que nous vivons (ermite au Sahara...), mais aussi proche :

« Nous sommes nourris dans cette rencontre, écrit-il, d'une « manière d'être » conforme à la tienne, ô Jésus. Comment m'apparais-tu dans l'Eucharistie\* ? Sous les signes infiniment humbles du pain et du vin, tu es là, discrètement, et tu ne fais rien pour t'imposer à moi ou chercher à me séduire. Tu attends une démarche libre, confiante en ta Parole, sur laquelle je mise totalement. O l'impressionnant silence de l'Eucharistie\* ! À mon tour, vivant de ta vie, c'est cette présence humble et silencieuse, animée du même respect divin et du même amour, que je porte au milieu de mes frères. Le style de mon témoignage, comme l'ardeur de ma charité fraternelle, découlent de l'Eucharistie\*. »

### PIERRE CLAVERIE (1938-1996)

Assassiné à Oran le 1<sup>er</sup> août 1996. Béatifié avec les martyrs d'Algérie, les moines de Tibhirine, le 8 décembre 2018. Sa mort est l'expression du don de sa vie, livré pour que le monde ait la vie, dans une relation de vie et de fraternité avec l'Islam.

« L'Eucharistie\* donne à notre vie son orientation, son mouvement, sa consistance. C'est pourquoi il est important d'y revenir souvent et d'y entrer aussi profondément que possible, de se laisser façonner par elle au jour le jour. »

## QUELQUES LIENS

### *Séries de vidéos*

- Parcours de Carême 2024 - Les rites de la messe, sur la chaîne YouTube des églises de Boulogne
- Parcours de six rencontres sur l'Eucharistie\* sur [liturgie.catholique.fr](http://liturgie.catholique.fr)
- Onze vidéos pour mieux comprendre la liturgie de la messe, sur la chaîne Youtube du diocèse de Rennes

### *Mooc de la messe*

[www.formation-catholique.fr/courses/mooc-de-la-messe](http://www.formation-catholique.fr/courses/mooc-de-la-messe)

## GLOSSAIRE

notices tirées du site de l'Église catholique de France :  
[eglise.catholique.fr/glossaire/sacerdoce/](http://eglise.catholique.fr/glossaire/sacerdoce/)

### Action de grâces

Attitude de reconnaissance envers Dieu : l'homme « comblé de toutes sortes de bénédictions spirituelles dans le Christ » reconnaît de quel amour il est aimé de Dieu et l'en remercie. Depuis une vingtaine d'années, les chrétiens ont remis en honneur pour évoquer la messe, le mot « Eucharistie\* », qui signifie action de grâce, louange et joie.

### Agneau

Dans l'ancienne Alliance\*, pour célébrer la Pâque, « l'agneau pascal » était immolé. Dans sa fidélité à la foi d'Israël, Jean-Baptiste comprendra que l'envoyé de Dieu, ce Fils sur lequel repose l'Esprit Saint, c'est bien l'Agneau de Dieu qui donnera sa vie pour libérer son peuple de l'esclavage du péché. La liturgie\* a gardé la phrase prononcée par Jean Baptiste, lors du baptême de Jésus: «Voici l'Agneau de Dieu, voici celui qui ôte les péchés du monde» (Jn 1,29), elle est dite au cours de la messe juste avant la communion\*, nous invitant à reconnaître ainsi la présence de celui qui s'offre à nous pour nous sauver.

### Alliance

L'Alliance est le nom donné dans la Bible pour dire la relation personnelle de Dieu avec le peuple d'Israël. Elle est le fil conducteur entre l'Ancien et le Nouveau Testament\*. Les écrits du Nouveau Testament\* montrent comment cette Alliance est réalisée pleinement en Jésus-Christ, médiateur de l'Alliance nouvelle. Elle est au coeur de la liturgie\* chrétienne, plus particulièrement dans l'Eucharistie\*, mémorial du sacrifice du Christ « Sang de l'Alliance nouvelle et éternelle répandu pour la multitude ».

### Célébration

Action de ceux qui se sont rassemblés pour une occasion festive. Dans le langage liturgique, la célébration désigne une action liturgique, notamment la messe (célébration eucharistique).

### Cène\*

du latin, *cena* : repas du soir  
Dernier repas de Jésus Christ avec ses apôtres la veille de sa mort, au cours duquel il institua l'Eucharistie\*.

### Chasuble

Sorte de manteau ample, sans manches. Portée par le prêtre pour la célébration de la messe, sa couleur dépend du temps liturgique ou des circonstances de la célébration.

### Communion

Union des personnes qui professent une même foi (notamment chrétienne). La communion désigne la réception du Corps et du Sang du Christ conformément à sa demande « Prenez et mangez ». Ainsi s'établit une union intime des fidèles.

### Consécration

Étymologiquement: action de consacrer une personne, un objet, ou un bien, en les vouant au service de Dieu.

Dans la liturgie de la messe, ce mot désigne la prière du prêtre redisant les paroles du Christ à la Cène sur le pain et le vin, qui deviennent alors, par l'action de l'Esprit Saint, le corps et le sang du Christ.

### Corps du Christ

L'expression « Corps du Christ » signifie que le Christ est présent dans l'Église\* sous les espèces sacramentelles du pain et du vin, son Corps et son Sang. Il est également présent par la diversité et la communion\* des baptisés. La Parole de Dieu nous dit clairement que chaque chrétien, né du baptême, est un membre du Corps du Christ\* qui est l'Église. L'image du corps, utilisée par saint Paul, exprime une réalité : celle de notre union au Christ, tête de l'Église, et l'union de ses membres dans la diversité. (1 COR. 12,12)

### Credo

du latin : je crois  
C'est le premier mot des symboles de Foi dits des Apôtres et de Nicée Constantinople. Également appelé profession de foi, le Credo est proclamé à la messe après la lecture de l'Évangile, en forme d'adhésion à la Parole de Dieu. Il est également récité au baptême comme manifestation de la foi au Christ.

### Église

Le terme hébreu *kahal* signifiant convoquer.

L'Église est le rassemblement de tous les baptisés affirmant leur foi en Jésus ressuscité. Organisée en communautés ayant chacune leur structure et regroupée dans des ensembles appelés Église locale. En raison des séparations intervenues au sein du christianisme on distingue l'Église catholique romaine dont le chef spirituel est le Pape, les Églises orthodoxes et les Églises issues de la Réforme.

Le mot église s'écrit avec un « e » minuscule lorsqu'il désigne un édifice consacré au culte et aux rassemblements des chrétiens.

### Église du Ciel

Ensemble des défunts, peuple de Dieu déjà dans la lumière de Dieu.

### Eucharistie

en grec : action de grâce  
Louange, action de grâce rendue à Dieu. Plus particulièrement, l'action de grâce prononcée au repas juif, plus solennellement lorsqu'elle commémore la Pâque,

la sortie d'Égypte. Chez les chrétiens, et plus précisément chez les catholiques, l'Eucharistie est la célébration du sacrifice du corps et du sang de Jésus Christ présent sous les espèces du pain et du vin. L'évêque et le prêtre sont les célébrants de l'Eucharistie.

### *Liturgie*

Culte public rendu à Dieu par l'assemblée des fidèles unie au Christ mystérieusement présent en son sein. Vatican II a rappelé ce vrai sens du mot liturgie employé souvent par nos contemporains dans le sens très dévalué de « cérémonial ». On appelle liturgie dominicale celle qui se rapporte au dimanche, jour du Seigneur.

### *Livre de la Genèse*

du grec : *genesis*, commencement  
Premier livre du Pentateuque, raconte comme son nom l'indique, les origines du monde et le début de l'action de Dieu parmi les hommes

### *Offertoire*

C'est un ensemble de rites et de prières qui accompagnent la bénédiction du pain et du vin. Dans leur brièveté, ces prières soulignent que l'offrande de l'homme est déjà don de Dieu : « Tu es béni Dieu de l'univers, toi qui nous donnes ce pain et ce vin fruits de la terre et du travail de l'homme. » L'offertoire se situe entre la liturgie de la Parole et la grande prière Eucharistique

### *Pentecôte*

Fête chrétienne célébrée le septième dimanche après Pâques pour commémorer le don du Saint-Esprit aux apôtres. Fête juive (fête du don de la Torah) célébrée sept semaines après le second jour de Pâques.

### *Peuple de Dieu*

Ensemble de la communauté des baptisés des Églises chrétiennes..

### *Sacerdoce*

Indique la fonction de médiation entre Dieu et l'humanité. Toute l'Église\* est un peuple de prêtres, c'est-à-dire un peuple sacerdotal. Par le Baptême, tous les baptisés participent au Sacerdoce unique du Christ. Cette participation s'appelle « sacerdoce commun des fidèles ». Sur cette base et à son service, le ministère sacerdotal des évêques et des prêtres, conféré par le sacrement de l'ordre, participe de manière spécifique à la mission du Christ.

### *Sauver les âmes*

Par sa mort et sa résurrection Jésus a apporté le salut à l'humanité. Il est le seul et unique Sauveur.

### *Testament*

en hébreu *berith* et *testamentum* en latin c'est-à-dire alliance.

- Ancien Testament : C'est l'ensemble des livres exprimant l'alliance entre Dieu et le peuple juif.
- Nouveau Testament : C'est l'ensemble constitué par les quatre évangiles, les Actes des Apôtres, les Épîtres de Paul et d'autres apôtres, l'Apocalypse de Jean.

Les disciples de Jésus y voient le signe et la manifestation de l'Alliance Nouvelle et définitive qu'en lui, Dieu a contractée avec l'humanité.

### *Trinité*

C'est la réalité mystérieuse d'un seul Dieu dans l'unité d'amour de trois personnes distinctes, égales et indivisibles, le Père, le Fils, l'Esprit. C'est par l'enseignement et la vie de Jésus que les chrétiens ont pu comprendre la profondeur de cette révélation.

