

Le rendez-vous de la messe, pour vivre de l'Alliance

Écoutons la proclamation de la Parole de Dieu

La référence du texte à trouver dans la Bible Lc 22, 7-20.

Le sacrement de l'Eucharistie

La source et le sommet de la vie chrétienne

Avec le baptême et la confirmation, c'est le troisième sacrement de l'initiation chrétienne. Contrairement aux deux premiers sacrements, celui de l'Eucharistie est à renouveler **tout au long de notre vie** (ce n'est pas le sacrement de la « première communion »). Le sacrement de l'Eucharistie désigne ce qui est vécu pendant la messe : **rendre présent l'œuvre du Salut accomplie par la vie, la mort et la résurrection du Christ**. C'est pour vivre ensemble ce sacrement que les chrétiens se rassemblent chaque dimanche, fortifiant ainsi la communion de vie avec Dieu et l'unité de son peuple.

L'institution de l'Eucharistie

Lors de son dernier repas avec ses disciples avant de mourir sur la croix (la Cène, jeudi saint), Jésus a **institué le sacrifice eucharistique de son Corps et de son Sang**. Il a pris du pain et du vin, disant « *ceci est mon Corps* », « *ceci est mon Sang* » le leur donnant et ordonnant de perpétuer cela « *en mémoire de lui* ». Le commandement de Jésus de répéter ses gestes et ses paroles « jusqu'à ce qu'il vienne », ne demande pas seulement de se souvenir de Jésus et de ce qu'il a fait. Il vise la **célébration liturgique**, par les apôtres et leurs successeurs, du mémorial du Christ, de sa vie, de sa mort, de sa résurrection et de son intercession auprès du Père.

La présence réelle ...

Au cœur de la célébration de l'Eucharistie il y a le pain et le vin qui, par les paroles du Christ et par l'invocation de l'Esprit Saint, deviennent le Corps et le Sang du Christ. Bien sûr je ne vois que du pain et du vin. Mais à la messe, c'est *vraiment* lui qui est présent. **Quand je communie, ce n'est pas un symbole : c'est lui qui vient physiquement me rejoindre**. C'est pour cela qu'on se met à

genoux à ce moment de la messe, ou que l'on prie parfois devant une hostie (l'adoration) : parce que Dieu est vraiment présent juste devant nous. **Jésus le dit : il veut « demeurer en vous » et que vous « demeuriez en lui ».** La messe n'est pas un temps de prière comme les autres, **Jésus vient lui-même au milieu de nous.** C'est là que Jésus nous donne rendez-vous, c'est **comme cela** qu'il veut venir vous rencontrer. C'est pour ça que la messe est si importante.

... pour former le Corps du Christ

Les fruits produits par le sacrement de l'Eucharistie sont **l'union avec Jésus sauveur, la charité et la communion (former un Corps).** Le but de l'Eucharistie n'est pas la présence réelle de Jésus, mais la **construction de son Corps qu'est l'Église** par la communion à son Corps et à son Sang. L'Eucharistie est le lieu où l'Église se construit car tous nous mangeons le même pain. Car venir communier à la messe c'est plus profondément recevoir Jésus vivant, ressuscité, la vie que Jésus a livré non seulement pour moi, mais pour toute l'humanité. En recevant l'amour de Jésus dans l'Eucharistie, je suis mis en mouvement **pour aimer mes frères.** Car c'est bien ce qu'il y a de plus difficile, aimer.

La célébration de la messe

L'accueil

La messe commence par le **chant d'entrée**, qui rassemble la communauté. Le prêtre embrasse l'autel (lieu du sacrifice du Christ et table de l'Eucharistie) avant de l'encenser ce qui signifie la présence de Dieu et notre prière qui monte vers le ciel. Après l'**échange d'intention avec notre voisin**, la **prière pénitentielle** nous rappelle que c'est la grâce du baptême qui nous rend capables de célébrer la louange du Dieu sauveur. Enfin, le *Gloire à Dieu* et la **prière d'ouverture** nous placent dans l'action de grâce et l'écoute de sa Parole.

La liturgie de la Parole

La **liturgie de la Parole** commence par la **proclamation des Écritures à l'ambon** : Dieu parle à son peuple, et le Christ lui-même se rend présent par sa Parole. Trois lectures : un texte de l'Ancien Testament (ou des Actes des Apôtres pendant le temps pascal), un psaume (réponse du peuple) et une lettre du Nouveau Testament s'éclairent mutuellement, révélant la continuité du dessein de

Dieu. L'**Évangile**, proclamé par le prêtre ou le diacre, est le sommet de cette Parole. Pendant l'homélie le prêtre explique les lectures et fait un lien avec notre vie pour incarner ce que nous venons d'entendre. Puis l'assemblée se lève pour le **Credo** qui affirme notre foi et la **prière universelle**, où l'assemblée intercède pour le monde.

La liturgie de l'Eucharistie avec la consécration

L'**offertoire** est le moment où l'assemblée présente à Dieu le **pain et le vin**, fruits du travail des hommes, symbolisant l'offrande de toute sa vie. Les baptisés sont invités à associer leur existence à ces dons, et la **quête**, offrande concrète de chacun, incarne cette démarche spirituelle de don et de partage. La **prière eucharistique** (signifie remercier) s'ouvre par la **préface**, où l'Église rend grâce à Dieu pour son œuvre de salut et s'unit à la louange des saints et des anges. Après l'invocation de l'Esprit Saint et le **récit de l'institution** (consécration du pain et du vin), suivent les **prières d'intercession** pour l'Église, le monde et les défunts, avant de s'achever par la **doxologie**, acclamation de la gloire de la Trinité.

Les **rites de communion** commencent par le **Notre Père**, prière de confiance et d'abandon. Le **rite de la paix**, échange de paix entre les fidèles, rappelle la victoire du Christ sur le péché et les divisions. Enfin, la **communion** permet de recevoir le Corps du Seigneur, source d'unité et de grâce.

Nous sommes tous invités à communier au Christ ressuscité. Mais il est important de **communier en vérité**. Certains péchés nous coupent de la communion avec Dieu, ce sont **les péchés graves dit « mortels »**. Ils détruisent la charité dans le cœur de l'homme par un acte contraire à la loi de Dieu, ils nous détournent de Dieu. Pour qu'un péché soit mortel trois conditions sont ensemble requises : un acte contre l'un des 10 commandements, avec une pleine connaissance et un entier consentement (le vouloir). Dans son infinie miséricorde, Dieu fait toujours le premier pas pour revenir vers nous. C'est ce que nous pouvons vivre dans le **sacrement de la confession** qui nous rétablit dans la communion avec Dieu. Un **péché peut aussi être véniel**, c'est-à-dire qu'il ne coupe pas de la communion avec Dieu mais affaiblit notre charité et est humainement réparable avec la grâce de Dieu (par la participation à la messe, le « je confesse à Dieu » ou des actes de charité).

La **situation conjugale** dans laquelle le fidèle vit peut aussi empêcher de communier en vérité. En effet **le mariage révèle de façon visible l'amour de Dieu pour l'humanité**, l'alliance qu'il veut vivre avec nous et éclaire le mystère du don total de son Corps et de sa vie pour nous. **Vivre**

maritalement sans être marié (même avec une ferme intention) ne peut pleinement refléter cette alliance d'amour et de fidélité que le Christ scelle avec son Église dans l'Eucharistie, ce qui implique de ne pas pouvoir communier en vérité. N'oublions jamais **l'amour infini de Dieu pour chacun d'entre-nous**, peu importe notre situation. Le chemin de vérité auquel nous appelle l'Église est un **chemin de liberté, de joie et de vie**.

Même si la communion sacramentelle n'est pas encore possible, **Dieu ne cesse de nous rejoindre par sa grâce**, et nous pouvons nous unir à Lui par la **communion spirituelle**, un désir ardent de son amour et de sa présence. Cette démarche intérieure, nourrie par la foi et l'espérance, nous permet de vivre déjà, dans le cœur, l'union que nous aspirons à célébrer un jour pleinement à sa table.

L'envoi

La messe se termine avec une dernière prière, la bénédiction (Dieu « dit du bien ») et l'envoi : le chrétien est envoyé dans le monde pour y être la présence de Dieu (au travail, en famille, ...).

Deux erreurs qui nous empêchent de vivre la messe

Regarder la messe comme un spectacle

A la messe, Dieu vient nous rencontrer, et vient rencontrer chacun d'entre vous. La messe vous concerne *vous*. Les prières, les chants, le silence, la Parole de Dieu c'est pour que vous puissiez prier, chanter, parler et écouter Dieu. **La messe est un moment où Jésus veut vous aimer, et que vous puissiez l'aimer**. Chantez les chants ! Quand vous dites « Amen », c'est-à-dire « Je le crois », dites-le à Jésus, avec autant de force dont vous êtes capables ! Mettez-vous debout, mettez-vous à genoux ! Vivez les temps de silence à fond, surtout celui de la communion. Tous les baptisés participent à la messe, offrent le monde et participent à l'Eucharistie. Le rôle du prêtre est de présider d'action liturgique, de rendre présent le Christ au milieu de son peuple.

Se mettre dans de mauvaises conditions

Souvent ce qui nous empêche de vivre cette **rencontre avec Jésus**, c'est tout simplement que nous nous sommes mis tous seuls dans de mauvaises conditions. On arrive en retard. On s'assied à un endroit où on ne voit rien, ou trop loin. On se met avec des personnes qui ne vont pas nous aider à prier. A l'inverse, il y a des conditions qui nous aident à prier. **Mettez-vous dans les conditions où votre cœur pourra s'ouvrir**. L'Église demande aussi de respecter un jeûne eucharistique (ne pas manger juste avant la messe) afin de nous aider à nous préparer à la communion

Cheminons avec Jésus

- Suis-je complètement perdu pendant la messe ? Qu'est-ce qui m'aide à bien me préparer ?
- Ai-je conscience de la présence réelle de Jésus dans l'eucharistie ?
- Quel petit pas je peux faire dans ma vie pour être plus cohérent avec le mystère de l'Eucharistie ?

GUIDE PRATIQUE DE LA CONFESSION

Se confesser, c'est venir jeter nos péchés dans l'océan de la miséricorde de Dieu. Ce n'est pas le péché qui est au cœur de la célébration sacramentelle, mais la miséricorde de Dieu qui est infiniment plus grande que toute notre faute.

Quand se confesser ?

- Par exemple une fois par période scolaire. Au moins avant Noël et Pâques !
- Toutes les paroisses proposent des créneaux confessions. Il y en a forcément à côté de mon travail, de l'école...

Avant

- **Prier.** Par exemple : « Seigneur Jésus, ouvre et éclaire mon cœur. Donne-moi de voir comment je me suis écarté de ton amour, quels sont les lieux où je te refuse, pour que je puisse te les ouvrir de nouveau. Aide-moi à voir ce qui est obscur, pour que tu puisses me remettre dans la lumière de ton amour. J'ai confiance en ton amour inconditionnel pour moi. »
- A l'aide d'un examen de conscience, toujours en prière, j'examine ma vie depuis ma dernière confession. Je note au fur et à mesure les actes et attitudes pour lesquels je veux demander pardon, car je me rends compte qu'ils m'éloignent de Dieu et sont contraire à sa volonté. Je peux aussi repartir : des 7 péchés capitaux, des 10 commandements ou bien me demander « qu'ai-je fait contre Dieu », « contre mon prochain », « contre moi-même », « contre la création » ?
- Les **5 C** d'une bonne confession :
 - Clair : je dis ce que j'ai fait, sans me cacher.
 - Concret : je confesse des actes concrets, pas des généralités ou des tempéraments (on ne se confesse pas d'être colérique, mais de s'être mis en colère à tel moment)
 - Concis : je n'ai pas besoin de raconter toute ma vie ! Je ne viens pas exposer des circonstances atténuantes ou des excuses, mais demander pardon.
 - Complet : je confesse tous les péchés dont j'ai conscience, sans rien cacher. Alors, Dieu pardonne tout, même ce que j'aurai oublié !
 - Contrit : je ne fais pas une liste : je demande pardon.
- Les deux faux-amis de la confession
 - Les « tendances » ⇒ on demande pardon pour des actes
 - Les « émotions » ⇒ on demande pardon pour des actes volontaires (ou consentis)

Pendant

- **Accueil.** A mon arrivée, le prêtre m'accueille au nom de Dieu et de l'Église. Je peux lui dire à quand remonte ma dernière confession. Je peux aussi lui dire « je n'ai pas l'habitude de me confesser » ou « je ne me suis pas confessé depuis longtemps, pouvez-vous m'aider ? ». Je m'installe assis ou à genoux, à ma convenance.
- **Introduction.** Nous faisons le signe de croix. Le prêtre peut commencer par la Parole de Dieu. Je peux aussi dire une phrase de l'Écriture qui me touche ou avec laquelle j'ai préparé ma confession. Puis le prêtre m'invite à confesser mes péchés.
- **La confession des péchés.** Avec beaucoup de confiance, je demande pardon à Dieu, en m'adressant à lui. Je pars de ma liste, en disant « Seigneur Jésus, je te demande pardon pour... » Souvent, le prêtre me dit ensuite quelques mots de conseil ou d'encouragement pour m'aider. Le prêtre ne pourra reparler à personne de ce que j'aurai dit... pas même à moi, jamais !
- **L'acte de contrition.** Le prêtre m'invite à dire mon acte de contrition, par lequel j'explique mon désir de me convertir.
- **La pénitence.** Le prêtre me donne une pénitence, c'est-à-dire une petite action par laquelle je pourrai exprimer mon regret et mon désir réel de me convertir. Ce peut aussi être une occasion de contribuer à la réparation du mal que j'ai fait.
- **L'absolution.** Le prêtre me donne l'absolution, c'est-à-dire le pardon de Dieu, qui efface tous les péchés que je porte : ceux que j'ai confessés, et aussi ceux dont je n'ai pas conscience ou ceux dont je n'ai plus souvenir. Je peux me mettre à genoux. Il dit : « Que Dieu notre Père vous montre sa miséricorde ! Par la mort et la Résurrection de son Fils, il a réconcilié le monde avec lui et il a envoyé l'Esprit Saint pour la rémission des péchés ; par le ministère de l'Église, qu'il vous donne le pardon et la paix ! Et moi, au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit, je vous pardonne tous vos péchés. » Je fais le signe de croix avec le prêtre lors de la formule trinitaire et réponds « Amen ! »
- **L'envoi.** Le prêtre peut finir par une bénédiction finale. Il peut aussi conclure en disant : « Va en paix ! » Je réponds : « Je rends grâce à Dieu ! ». Je repars dans la joie !

Après

- Je prends tout de suite un petit temps d'action de grâce pour remercier Dieu pour son amour infini pour moi, et lui dire mon amour pour lui.
- Je prends les moyens concrets d'accomplir ma pénitence.
- Je peux prévoir ma prochaine confession !

Les actes de contrition

Mon Dieu, j'ai un très grand regret de vous avoir offensé, parce-que vous êtes infiniment bon, infiniment aimable et que le péché vous déplaît. Je prends la ferme résolution, avec le secours de votre sainte grâce, de ne plus vous offenser et de faire pénitence. Amen.

Père, Dieu de tendresse et de miséricorde, j'ai péché contre toi et mes frères. Je ne suis pas digne d'être appelé ton enfant, mais près de toi se trouve le pardon. Accueille mon repentir. Que ton Esprit me donne la force de vivre selon ton amour, en imitant Celui qui est mort pour nos péchés, Ton Fils, Jésus-Christ, notre Seigneur. Amen.