

Le réseau d'animation  
pastorale de l'Apel

# Le Carême et le temps pascal en famille

DU 2 MARS  
AU 5 JUIN  
2022



apel

2	6	13	20	27	3	10	14	15	16	17	26	5
MERCREDI DES CENDRES	1 <sup>or</sup> DIMANCHE DE CARÊME	2 <sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME	3 <sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME	4 <sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME	5 <sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME	DIMANCHE DES RAMEAUX	JEUDI SAINT	VENDREDI SAINT	VEILLÉE PASCALE	PÂQUES	ASCENSION	PENTECÔTE

Chers parents,

Le réseau d'animation pastorale de l'Apel a conçu ce livret afin de vous aider à vivre le temps de Carême et le temps pascal en famille. Vous y trouverez les **Évangiles des dimanches de Carême, ceux du mercredi des Cendres, du jeudi Saint, du jour de Pâques, de l'Ascension et de la Pentecôte** pour mieux vous nourrir de la parole de Dieu.

En lien avec ces Évangiles,

– des activités à faire avec les enfants,

– des phrases de réflexion pour les adolescents afin qu'ils puissent apprivoiser ces lectures et méditer sur leurs actions et leur lien avec le Christ,

– des prières pour vous retrouver avec Dieu et créer ou recréer un moment de prière en famille.

Nous espérons que ce guide vous sera utile et vous permettra de mieux approfondir avec vos enfants ce temps privilégié pour **cheminer jusqu'à la joie de Pâques et continuer à la vivre jusqu'à la Pentecôte!**

## Le Carême... 40 jours de préparation

Le Carême est un temps préparatoire à la fête de Pâques qui célèbre la résurrection du Christ.

Il dure quarante jours (les dimanches ne sont pas comptés), comme les quarante jours passés par Jésus dans le désert ou les quarante ans d'exode du peuple d'Israël dans le désert. Il commence le mercredi des Cendres et se termine le samedi Saint, veille de Pâques. Ce temps de Carême est une période privilégiée pour nous convertir et nous recentrer sur la prière, le partage et le jeûne. La prière est un moment propice pour se rapprocher de Dieu, se mettre à son écoute et se laisser transformer par Lui. Le jeûne, c'est se priver de nourriture mais aussi de ce qui nous attire (portable, jeux vidéo...), geste de pénitence qui nous porte à la conversion et au partage.

L'Église catholique propose deux jours de jeûne : le mercredi des Cendres et le vendredi Saint et l'abstinence de viande, les vendredis de Carême. Le partage ou l'aumône est un don d'argent ou de soi à destination des plus pauvres, des oubliés. Le Carême n'est pas un défi à relever, mais un moment où chacun devra se placer seul devant Dieu pour se convertir et essayer de se rapprocher de Lui et des autres.

« *C'est le temps pour vérifier les chemins que nous sommes en train de parcourir, pour retrouver la voie qui nous ramène à la maison, pour redécouvrir le lien fondamental avec Dieu, de qui dépend toute chose* » nous dit le Pape François. Ce temps peut être vécu collectivement



## Le temps pascal 50 jours de joie

en famille, au catéchisme, à l'école... Ainsi, nous pouvons nous stimuler les uns les autres dans ce chemin vers Dieu. Pour nous convertir, nous pouvons prendre des résolutions. Choisissons un effort mesurable et faisable, et aidons nos jeunes enfants à faire de même et encourageons les si nous remarquons leurs efforts. Vivons le Carême comme un temps particulier pour préparer nos cœurs à la joie pascale, et laissons-nous guider par l'Esprit!

**Le temps pascal dure de Pâques à la Pentecôte, soit 50 jours.** Il est à vivre « comme un grand dimanche » dans la joie de la Résurrection. Deux solennités marquent ce moment, l'Ascension 40 jours après Pâques où le Christ monte au ciel et la Pentecôte, où l'Esprit Saint est envoyé aux Apôtres.

*Évangile (Mt 6,1-6.16-18)*

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples: « Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer. Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous auprès de votre Père qui est aux cieux. Ainsi, quand tu fais l'aumône, ne fais pas sonner la trompette devant toi, comme les hypocrites qui se donnent en spectacle dans les synagogues et dans les rues, pour obtenir la gloire qui vient des hommes. Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite, afin que ton aumône reste dans le secret; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. Et quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites: ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient. Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret; ton Père qui voit dans le secret te le rendra. Et quand vous jeûnez, ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites: ils prennent une mine défaite pour bien montrer aux hommes qu'ils jeûnent. Amen, je vous le déclare: ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage; ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des hommes, mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret; ton Père qui voit au plus secret te le rendra. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**MERCREDI DES CENDRES****2 MARS 2022**

**Le mercredi des Cendres** marque le début du Carême.

Lors de la messe de ce jour, le prêtre trace sur le front des fidèles une croix faite de cendre et dit: « Convertissez-vous et croyez à l'Évangile ».

Cette cendre est signe de pénitence mais aussi de conversion. Les chrétiens sont appelés, tout au long du chemin vers Pâques, à prier, à jeûner et à partager pour laisser davantage de place à Dieu dans leur vie. « Le Carême est un voyage de retour à Dieu », nous dit le pape François, mais également « une descente humble au-dedans de nous-mêmes et vers les autres... »

**Réflexion pour les ados**

Pas besoin de se montrer quand on fait une action généreuse, quand on prie... Comment dans un monde qui valorise l'apparence et les fausses images peux-tu réussir à être authentique et sincère? Offre cette semaine, tes efforts pour gagner en simplicité dans les pas du Christ.

**Seigneur,**  
**Quel est le jeûne que tu attends de nous?**  
**Quel est le partage qui te ferait "plaisir"?**  
**Quelle prière nous disposerait en vérité à vivre ta Pâque, nos pâques?**  
**Tu nous attends "à ta suite" dans cette marche de quarante jours.**  
**Tu nous attends précisément où tu aimerais nous entraîner aujourd'hui. (...)**

**Merci pour ce temps du Carême qui nous remet dans le vrai.**  
**Merci pour la Vie que Tu veux épanouir en nous et autour de nous.**

*Prière d'une sœur de la congrégation du Christ Rédempteur*

*Évangile (Lc 4, 1-13)*

En ce temps-là, après son baptême, Jésus, rempli d'Esprit Saint, quitta les bords du Jourdain ; dans l'Esprit, il fut conduit à travers le désert où, pendant quarante jours, il fut tenté par le diable. Il ne mangea rien durant ces jours-là, et, quand ce temps fut écoulé, il eut faim. Le diable lui dit alors : « *Si tu es Fils de Dieu, ordonne à cette pierre de devenir du pain.* » Jésus répondit : « *Il est écrit : L'homme ne vit pas seulement de pain.* » Alors le diable l'emmena plus haut et lui montra en un instant tous les royaumes de la terre. Il lui dit : « *Je te donnerai tout ce pouvoir et la gloire de ces royaumes, car cela m'a été remis et je le donne à qui je veux. Toi donc, si tu te prosternes devant moi, tu auras tout cela.* » Jésus lui répondit : « *Il est écrit : C'est devant le Seigneur ton Dieu que tu te prosternerás, à lui seul tu rendras un culte.* » Puis le diable le conduisit à Jérusalem, il le plaça au sommet du Temple et lui dit : « *Si tu es Fils de Dieu, d'ici jette-toi en bas ; car il est écrit : Il donnera pour toi, à ses anges, l'ordre de te garder ; et encore : Ils te porteront sur leurs mains, de peur que ton pied ne heurte une pierre.* » Jésus lui fit cette réponse : « *Il est dit : Tu ne mettras pas à l'épreuve le Seigneur ton Dieu.* » Ayant ainsi épuisé toutes les formes de tentations, le diable s'éloigna de Jésus jusqu'au moment fixé.

– Acclamons la Parole de Dieu.

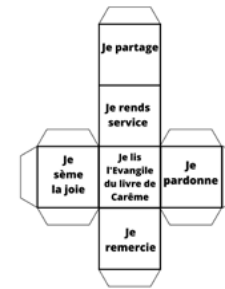
Textes liturgiques © AELF, Paris

**1<sup>er</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

6 MARS 2022

**Réflexion pour les ados**

Pas besoin de tester Dieu. C'est à nous de résister aux tentations humaines. Cette semaine offre ta force face aux désirs, aux envies inutiles. Remplace une partie du temps passé sur ton téléphone par une action pour le bien commun (famille, voisinage, collège, lycée..)

**Activité pour la famille**

Le dé des bonnes actions

Retrouver les explications sur notre page **Pinterest**  [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Ô Jésus, protège-moi  
Des appâts, des convoitises,  
Et des fiévreuses hantises  
Qui paralysent ma foi.  
Sois mon guide, ô mon  
Berger!  
Emmène-moi loin des chutes,  
Joins ton bâton à mes luttes ;  
Tends les bras pour  
m'héberger!**

Prière de Ronald Barakat  
(canadien, sociologue, auteur  
de poèmes et de prières)



*Évangile (Lc 9, 28b-36)*

En ce temps-là, Jésus prit avec lui Pierre, Jean et Jacques, et il gravit la montagne pour prier. Pendant qu'il priait, l'aspect de son visage devint autre, et son vêtement devint d'une blancheur éblouissante. Voici que deux hommes s'entretenaient avec lui : c'étaient Moïse et Élie, apparus dans la gloire. Ils parlaient de son départ qui allait s'accomplir à Jérusalem. Pierre et ses compagnons étaient accablés de sommeil ; mais, restant éveillés, ils virent la gloire de Jésus, et les deux hommes à ses côtés. Ces derniers s'éloignaient de lui, quand Pierre dit à Jésus : « *Maître, il est bon que nous soyons ici ! Faisons trois tentes : une pour toi, une pour Moïse, et une pour Élie.* » Il ne savait pas ce qu'il disait. Pierre n'avait pas fini de parler, qu'une nuée survint et les couvrit de son ombre ; ils furent saisis de frayeur lorsqu'ils y pénétrèrent. Et, de la nuée, une voix se fit entendre : « *Celui-ci est mon Fils, celui que j'ai choisi : écoutez-le !* » Et pendant que la voix se faisait entendre, il n'y avait plus que Jésus, seul. Les disciples gardèrent le silence et, en ces jours-là, ils ne rapportèrent à personne rien de ce qu'ils avaient vu.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**2<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

13 MARS 2022

**Réflexion pour les ados**

**La prière transforme ton âme.** Cette semaine, essaie de prier pour une personne que tu connais. Offre un temps de prière pour une personne que tu n'aimes pas beaucoup. Comme les compagnons de Jésus reste éveillé à Dieu.

**Activité pour la famille**

**Des boîtes pour recevoir et distribuer des cœurs**

Retrouver les explications sur notre page  
Pinterest [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Dieu notre père  
Donne-nous de  
reconnaître la gloire  
de Jésus.  
Comme Pierre, Jean  
et Jacques,  
Fais-nous suivre ses pas  
et son enseignement,  
Lui qui est ton fils unique  
bien aimé et notre  
Seigneur  
Amen**

Prière de Valérie Gardette,  
responsable du réseau d'animation  
pastorale

*Évangile (Lc 13, 1-9)*

Un jour, des gens rapportèrent à Jésus l'affaire des Galiléens que Pilate avait fait massacrer, mêlant leur sang à celui des sacrifices qu'ils offraient. Jésus leur répondit: «*Pensez-vous que ces Galiléens étaient de plus grands pécheurs que tous les autres Galiléens, pour avoir subi un tel sort? Eh bien, je vous dis: pas du tout! Mais si vous ne vous convertissez pas, vous périrez tous de même. Et ces dix-huit personnes tuées par la chute de la tour de Siloé, pensez-vous qu'elles étaient plus coupables que tous les autres habitants de Jérusalem? Eh bien, je vous dis: pas du tout! Mais si vous ne vous convertissez pas, vous périrez tous de même.*» Jésus disait encore cette parabole: «*Quelqu'un avait un figuier planté dans sa vigne. Il vint chercher du fruit sur ce figuier, et n'en trouva pas. Il dit alors à son vigneron: "Voilà trois ans que je viens chercher du fruit sur ce figuier, et je n'en trouve pas. Coupe-le. À quoi bon le laisser épuiser le sol?" Mais le vigneron lui répondit: "Maître, laisse-le encore cette année, le temps que je bêche autour pour y mettre du fumier. Peut-être donnera-t-il du fruit à l'avenir. Sinon, tu le couperas."*»

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

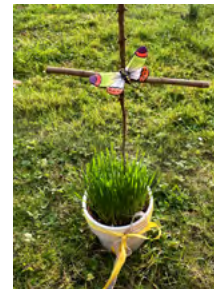
**3<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

20 MARS 2022

**Réflexion pour les ados**

**Ton action est le reflet de ton cœur.**

Toi aussi laisse sa chance à l'arbre qui ne porte pas de fruit. Va vers quelqu'un qui est rejeté par les personnes populaires.

**Activité pour la famille**

Le petit jardin de Carême à regarder pousser en attendant Pâques

Retrouver les explications sur notre page Pinterest [bit.ly/3mtKv1o](https://www.pinterest.com/bit.ly/3mtKv1o)

**« Oh ! Que cette Foi est rare ! Mon Dieu !  
Donnez-La moi !  
Mon Dieu, je crois, mais  
augmentez ma Foi !  
Mon Dieu, faites que  
je crois et que j'aime,  
je Vous le demande au  
nom de Notre-Seigneur  
Jésus-Christ »**

Prière du Bienheureux  
Charles de Foucauld (1858-1916)



*Évangile (Lc 15, 1-3.11-32)*

En ce temps-là, les publicains et les pécheurs venaient tous à Jésus pour l'écouter. Les pharisiens et les scribes récriminaient contre lui : « *Cet homme fait bon accueil aux pécheurs, et il mange avec eux !* » Alors Jésus leur dit cette parabole : « *Un homme avait deux fils. Le plus jeune dit à son père : "Père, donne-moi la part de fortune qui me revient." Et le père leur partagea ses biens. Peu de jours après, le plus jeune rassembla tout ce qu'il avait, et partit pour un pays lointain où il dilapida sa fortune en menant une vie de désordre. Il avait tout dépensé, quand une grande famine survint dans ce pays, et il commença à se trouver dans le besoin. Il alla s'engager auprès d'un habitant de ce pays, qui l'envoya dans ses champs garder les porcs. Il aurait bien voulu se remplir le ventre avec les gousses que mangeaient les porcs, mais personne ne lui donnait rien. Alors il rentra en lui-même et se dit : "Combien d'ouvriers de mon père ont du pain en abondance, et moi, ici, je meurs de faim ! Je me lèverai, j'irai vers mon père, et je lui dirai : Père, j'ai péché contre le ciel et envers toi. Je ne suis plus digne d'être appelé ton fils. Traite-moi comme l'un de tes ouvriers." Il se leva et s'en alla vers son père. Comme il était encore loin, son père l'aperçut et fut saisi de compassion ; il courut se jeter à son cou et le couvrit de baisers. Le fils lui dit : "Père, j'ai péché contre le ciel et envers toi. Je ne suis plus digne d'être appelé ton fils." Mais le père dit à ses serviteurs : "Vite, apportez le plus beau vêtement pour l'habiller, mettez-lui une bague au doigt et des sandales aux pieds, allez chercher le veau gras, tuez-le, mangeons et festoyons, car mon fils que voilà était mort, et il est revenu à la vie ; il était perdu, et il est retrouvé." Et ils commencèrent à festoyer. Or le fils aîné était aux champs. Quand il revint et fut près de la maison, il entendit la musique et les danses. Appelant un des serviteurs, il s'informa de ce qui se passait. Celui-ci répondit : "Ton frère est arrivé, et ton père a tué le veau gras, parce qu'il a retrouvé ton frère en bonne santé." Alors le fils aîné se mit en colère, et il refusait d'entrer. Son père sortit le supplier. Mais il répliqua à son père : "Il y a tant d'années que je suis à ton service sans avoir jamais transgressé tes ordres, et jamais tu ne m'as donné un chevreau pour festoyer avec mes amis. Mais, quand ton fils que voilà est revenu après avoir dévoré ton bien avec des prostituées, tu as fait tuer pour lui le veau gras !" Le père répondit : "Toi, mon enfant, tu es toujours avec moi, et tout ce qui est à moi est à toi. Il fallait festoyer et se réjouir ; car ton frère que voilà était mort, et il est revenu à la vie ; il était perdu, et il est retrouvé !" »*

– Acclamons la Parole de Dieu.

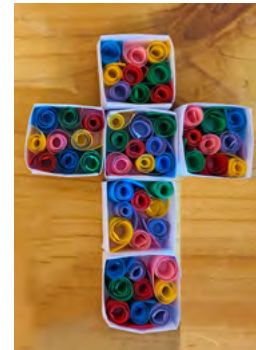
Textes liturgiques © AELF, Paris

**4<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

27 MARS 2022

**Réflexion pour les ados**

Comme le Fils prodigue, reconnais tes fautes. Tu peux aller déposer les tiennes en allant te confesser. Et comme le Père toujours miséricordieux, pardonne toi aussi à ceux qui t'ont fait du mal et recommence à aimer gratuitement.

**Activité pour la famille**

La croix des intentions de prières

Retrouver les explications sur notre page Pinterest  [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Point de prodigue sans pardon qui le cherche,  
Nul n'est trop loin pour Dieu ;  
Viennent les larmes  
où le fils renaît,  
Joie du retour au Père.**

(...)

**Point de ténèbres sans espoir de lumière,  
Rien n'est fini pour Dieu ;  
Viennent l'aurore  
où l'amour surgit,  
Chant d'un matin  
de Pâques.**

Prière de Sœur Marie-Pierre  
Commission francophone cistercienne



*Évangile (Jn 8, 1-11)*

En ce temps-là, Jésus s'en alla au mont des Oliviers. Dès l'aurore, il retourna au Temple. Comme tout le peuple venait à lui, il s'assit et se mit à enseigner. Les scribes et les pharisiens lui amènent une femme qu'on avait surprise en situation d'adultère. Ils la mettent au milieu, et disent à Jésus: «*Maître, cette femme a été surprise en flagrant délit d'adultère. Or, dans la Loi, Moïse nous a ordonné de lapider ces femmes-là. Et toi, que dis-tu ?*» Ils parlaient ainsi pour le mettre à l'épreuve, afin de pouvoir l'accuser. Mais Jésus s'était baissé et, du doigt, il écrivait sur la terre. Comme on persistait à l'interroger, il se redressa et leur dit: «*Celui d'entre vous qui est sans péché, qu'il soit le premier à lui jeter une pierre.*» Il se baissa de nouveau et il écrivait sur la terre. Eux, après avoir entendu cela, s'en allaient un par un, en commençant par les plus âgés. Jésus resta seul avec la femme toujours là au milieu. Il se redressa et lui demanda: «*Femme, où sont-ils donc ? Personne ne t'a condamnée ?*» Elle répondit: «*Personne, Seigneur.*» Et Jésus lui dit: «*Moi non plus, je ne te condamne pas. Va, et désormais ne pèche plus.*»

– Acclamons la Parole de Dieu.

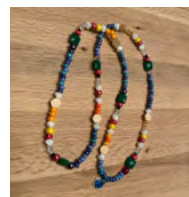
Textes liturgiques © AELF, Paris

**5<sup>e</sup> DIMANCHE DE CARÊME**

3 AVRIL 2022

**Réflexion pour les ados**

On a souvent tendance à juger et à condamner les autres, souvent rapidement et même sans chercher à les comprendre. Et toi, comment te comportes-tu avec ta famille, tes amis ? Comme Jésus, il faut apprendre à ne pas juger trop vite et surtout à pardonner.

**Activité pour la famille**

Le collier de la vie de Jésus : 1 perle, 1 prière

Retrouver les explications sur notre page [Pinterest](https://www.pinterest.com/bit.ly/3mtKv1o)   
bit.ly/3mtKv1o

**Seigneur Jésus,  
Parfois, j'épie les autres,  
Je cherche leurs défauts  
Je les juge  
Je me pense au-dessus d'eux  
Et toi, Jésus, tu es là tranquille  
Tu me tends juste un miroir,  
Et tu m'invites à le prendre  
pour me regarder,  
Alors je vois tout mon péché...  
Jésus, aide-moi à toujours  
regarder mon cœur, avant  
de condamner les autres.**

Prière du site [idees-cate.com](http://idees-cate.com)



*Entrée messianique (Lc 19, 28-40)*

En ce temps-là, Jésus partit en avant pour monter à Jérusalem. Lorsqu'il approcha de Bethphagé et de Béthanie, près de l'endroit appelé mont des Oliviers, il envoya deux de ses disciples, en disant : « Allez à ce village d'en face. À l'entrée, vous trouverez un petit âne attaché, sur lequel personne ne s'est encore assis. Détachez-le et amenez-le. Si l'on vous demande : "Pourquoi le détachez-vous ?" vous répondrez : "Parce que le Seigneur en a besoin." » Les envoyés partirent et trouvèrent tout comme Jésus leur avait dit. Alors qu'ils détachaient le petit âne, ses maîtres leur demandèrent : « Pourquoi détachez-vous l'âne ? » Ils répondirent : « Parce que le Seigneur en a besoin. » Ils amenèrent l'âne auprès de Jésus, jetèrent leurs manteaux dessus, et y firent monter Jésus. À mesure que Jésus avançait, les gens étendaient leurs manteaux sur le chemin. Alors que déjà Jésus approchait de la descente du mont des Oliviers, toute la foule des disciples, remplie de joie, se mit à louer Dieu à pleine voix pour tous les miracles qu'ils avaient vus, et ils disaient : « *Béni soit celui qui vient, le Roi, au nom du Seigneur. Paix dans le ciel et gloire au plus haut des cieux !* » Quelques pharisiens, qui se trouvaient dans la foule, dirent à Jésus : « *Maître, réprimande tes disciples !* » Mais il prit la parole en disant : « *Je vous le dis : si eux se taisent, les pierres crieront.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**DIMANCHE DES RAMEAUX**

10 AVRIL 2022

**Réflexion pour les ados**

Jésus entre à Jérusalem... c'est la fête ! Alors pourquoi Jésus prononce-t-il ces paroles qui semblent si dures : « *Si eux se taisent* [les disciples], *les pierres crieront* ». Certainement pour nous dire que peu importe que l'on essaye de nous faire taire... il y aura toujours une personne, puis une autre et encore une autre pour parler et acclamer Dieu.

**Activité pour la famille**

L'âne des Rameaux pour décorer la table

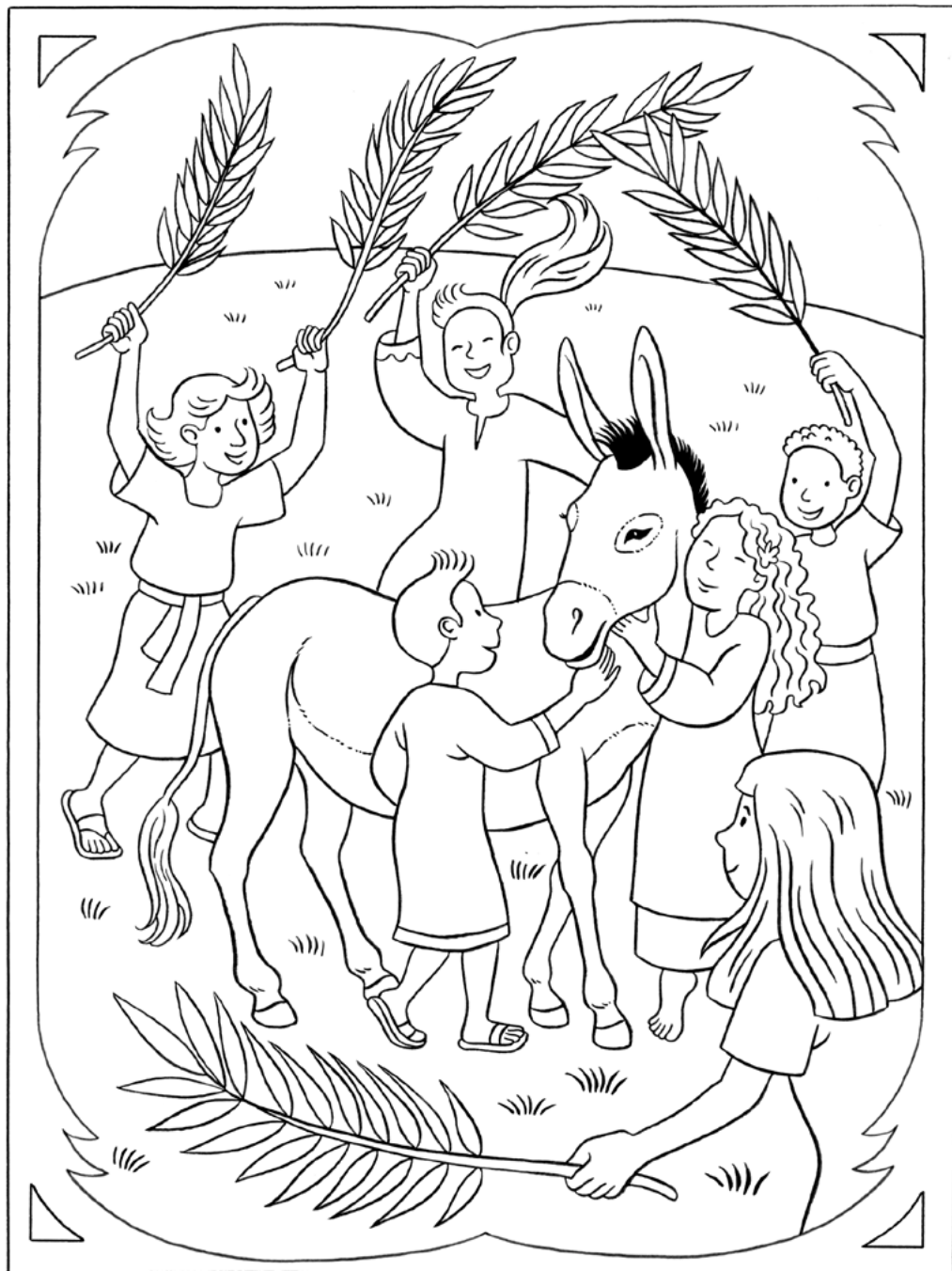
Retrouver les explications sur notre page Pinterest  [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Seigneur,  
Aujourd'hui la Semaine Sainte commence.  
Ce n'est pas une semaine comme les autres car je suis avec toi pour ressentir les mystères de ta Passion et de ta mort.**

**Aujourd'hui, en ce dimanche des Rameaux,  
Accorde-moi ta grâce, que je chante sans cesse tes louanges par mes mots mais également par mes actions.**

**Montre-moi ta gloire, que je te loue comme l'a fait la foule en ce premier dimanche des Rameaux !**

Prière de Valérie Gardette, responsable du réseau d'animation pastorale



## DU 10 AU 16 AVRIL 2022

La semaine Sainte est la dernière semaine du Carême.

**C'est le moment où « Dieu a décidé de nous parler le langage de l'amour qui est plus fort que la mort. » nous dit Saint Jean-Paul II.**

Elle est ponctuée de différentes cérémonies qui nous emmènent jusqu'à Pâques. La messe chrismale a lieu le mardi ou mercredi soir. Tous les prêtres du diocèse et les fidèles sont réunis à la cathédrale par l'évêque du lieu. Les huiles saintes sont bénies. Elles serviront aux sacrements pendant l'année. Chaque paroisse repart avec sa réserve de saint chrême.

**Le Triduum signifie « trois jours » du Jeudi saint au dimanche de Pâques.**

• **Le Jeudi Saint**, c'est la fête de l'eucharistie. L'Église commémore « La Cène du Seigneur ». Le Christ offre son corps et son sang, sous forme de pain et de vin pour le salut du monde. Le Christ, lors de ce dernier repas lave les pieds de ses apôtres pour montrer qu'il se fait serviteur et nous devons suivre son exemple en étant serviteurs, nous aussi.

• **Le Vendredi Saint** rappelle la Passion et la mort du Christ.

• **Le Samedi Saint** est un jour d'attente et de silence avant la nuit pascale et la résurrection.

***Debout ! Ne vous découragez pas ! Ayez confiance ! Dieu ne vous abandonnera pas, sa Voie va bien au-delà de notre imagination. Car Il est le Dieu des surprises, Il est celui qui surprend à travers les plus étonnantes formes et par les réponses les plus inattendues.***

***(...). Croyez en Dieu, en son amour, (...), croyez en vous et en tout ce qu'il a semé dans votre cœur. Ne prêtez pas attention aux voix qui cherchent à vous décourager et à vous retenir. Souvenez-vous que vous êtes ce résultat de l'amour de Dieu, qui se perfectionne chaque jour de votre vie.***

Prière du site : [fr.aleteia.org](http://fr.aleteia.org)

*Évangile (Jn 13, 1-15)*

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. Au cours du repas, alors que le diable a déjà mis dans le cœur de Judas, fils de Simon l'Isariote, l'intention de le livrer, Jésus, sachant que le Père a tout remis entre ses mains, qu'il est sorti de Dieu et qu'il s'en va vers Dieu, se lève de table, dépose son vêtement, et prend un linge qu'il se noue à la ceinture; puis il verse de l'eau dans un bassin. Alors il se mit à laver les pieds des disciples et à les essuyer avec le linge qu'il avait à la ceinture. Il arrive donc à Simon-Pierre, qui lui dit: « *C'est toi, Seigneur, qui me laves les pieds?* » Jésus lui répondit: « *Ce que je veux faire, tu ne le sais pas maintenant; plus tard tu comprendras.* » Pierre lui dit: « *Tu ne me laveras pas les pieds; non, jamais!* » Jésus lui répondit: « *Si je ne te lave pas, tu n'auras pas de part avec moi.* » Simon-Pierre lui dit: « *Alors, Seigneur, pas seulement les pieds, mais aussi les mains et la tête!* » Jésus lui dit: « *Quand on vient de prendre un bain, on n'a pas besoin de se laver, sinon les pieds: on est pur tout entier. Vous-mêmes, vous êtes purs, mais non pas tous.* » Il savait bien qui allait le livrer; et c'est pourquoi il disait: « *Vous n'êtes pas tous purs.* » Quand il leur eut lavé les pieds, il reprit son vêtement, se remit à table et leur dit: « *Comprenez-vous ce que je viens de faire pour vous? Vous m'appellez "Maître" et "Seigneur", et vous avez raison, car vraiment je le suis. Si donc moi, le Seigneur et le Maître, je vous ai lavé les pieds, vous aussi, vous devez vous laver les pieds les uns aux autres. C'est un exemple que je vous ai donné afin que vous fassiez, vous aussi, comme j'ai fait pour vous.* »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**JEUDI SAINT**

14 avril 2022

**Réflexion pour les ados**

« *Pourquoi n'ouvres-tu pas la fenêtre de la chambre pour t'arrêter devant la beauté que tu vois? Et dis alors: "C'est pour moi, c'est un cadeau pour moi, mon Père! Comme Tu m'aimes!" Chers jeunes, pensez-y: si, à nos yeux, la création est belle, aux yeux de Dieu, chacun de vous est infiniment plus beau! Il a fait de nous, dit l'Écriture, "des choses merveilleuses" (cf. Ps 139, 14). Laisse-toi envahir par cet émerveillement. Laisse-toi aimer par celui qui croit toujours en toi, par celui qui t'aime plus que tu ne peux t'aimer toi-même.* »

Le Pape François aux jeunes, le 6 décembre 2021 en Grèce.

**Tu as tout livré,  
Seigneur Jésus,  
Et dans Ta vie donnée  
Comme du pain,  
Comme du vin,  
Le monde entier peut  
goûter  
L'amour de Dieu  
Multiplié sans compter  
Pour tous les enfants  
de la terre!**

Prière du Père Charles Singer (1941-...)



*Passion de notre Seigneur Jésus Christ (Jn 18, 25-30)*

Or, près de la croix de Jésus se tenaient sa mère et la sœur de sa mère, Marie, femme de Cléophas, et Marie Madeleine. Jésus, voyant sa mère, et près d'elle le disciple qu'il aimait, dit à sa mère :

« Femme, voici ton fils. »

Puis il dit au disciple :

« Voici ta mère. »

Et à partir de cette heure-là, le disciple la prit chez lui.

Après cela, sachant que tout, désormais, était achevé pour que l'Écriture s'accomplisse jusqu'au bout, Jésus dit :

« J'ai soif. »

Il y avait là un récipient plein d'une boisson vinaigrée. On fixa donc une éponge remplie de ce vinaigre à une branche d'hysope, et on l'approcha de sa bouche. Quand il eut pris le vinaigre, Jésus dit :

« Tout est accompli. »

Puis, inclinant la tête, il remit l'esprit.

– Acclamons la Parole de Dieu.

*Textes liturgiques © AELF, Paris*

 **VENDREDI SAINT** 

**15 avril 2022**

Le Vendredi Saint est un jour de tristesse : le Christ meurt sur la croix.

**L'Église appelle les fidèles à jeûner selon leur âge et leurs forces**, en signe de pénitence et de conversion. Les fidèles peuvent assister au Chemin de croix qui suit en 14 étapes la Passion du Christ ou aller aussi à l'Office de la Passion qui propose la vénération de la Croix et le récit de la Passion, mais qui n'est pas une messe.

(...)

***J'ai tout remis entre Tes mains  
Que ce soit la joie, la tristesse,  
La pauvreté, la richesse,  
Et tout ce qu'à ce jour j'ai craint.  
J'ai tout remis entre Tes mains.  
J'ai tout remis entre Tes mains  
Que ce soit la mort ou la vie,  
La santé ou la maladie,  
Le commencement ou la fin.  
J'ai tout remis entre Tes mains***

*Prière de Marie Henrioud*



## VEILLÉE PASCALE

16 avril 2022

### Activité pour la famille



#### Fabriquer sa croix

Retrouver les explications  
sur notre page Pinterest [bit.ly/3mtKv1o](https://www.pinterest.com/bit.ly/3mtKv1o)

*« Notre Père, en ton Pardon est la Bonté qui m'a manqué : ce pardon je le donnerai à ceux qui m'ont blessé.*

*En ton Pardon est la Paix que j'ai refusée : ce pardon je le donnerai à ceux qui m'ont rejeté.*

*En ton Pardon est le Respect que je n'ai pas accordé : ce pardon je le donnerai à celui qui m'a insulté (...). Notre Père, au nom de Jésus, mets en moi ton Pardon (...)*

*Père, je Te rends grâce pour le désir qui est en moi de pardonner, un désir qui vient de Toi ! »*

**Ainsi soit-il.**

*Prière de Françoise Destang, responsable de l'éveil à la foi des enfants (1928-2014)*

Dans la nuit du samedi Saint, cette nuit lumineuse, les fidèles se retrouvent à l'église, ils viennent proclamer que le Christ a vaincu la mort et qu'il est ressuscité. Durant la célébration, sont lus, avant l'Évangile de la résurrection, de nombreux textes bibliques entrecoupés de psaumes, rappelant l'Alliance de Dieu avec les hommes. C'est aussi durant cette nuit que sont célébrés les baptêmes des adultes et des grands enfants. Au début de la célébration, un grand feu est allumé devant l'église. Le prêtre allume le nouveau cierge pascal à ce feu.

Puis, à la suite du prêtre portant le cierge, les fidèles rentrent en procession dans l'église obscure. Chacun ensuite allume son propre cierge au cierge pascal. Cela symbolise que le Christ « Lumière du monde » dissipe les ténèbres. Le cierge pascal sert ensuite pour les baptêmes et les obsèques durant tout l'année. Les cloches carillonnent de nouveau pour annoncer la joie de la résurrection du Christ : **« Le Christ, ... ressuscité des morts, répand sur les humains sa lumière et sa paix, Lui qui règne pour les siècles des siècles ».** Amen !

*Évangile (Jn 20, 1-9)*

Le premier jour de la semaine, Marie Madeleine se rend au tombeau de grand matin ; c'était encore les ténèbres. Elle s'aperçoit que la pierre a été enlevée du tombeau. Elle court donc trouver Simon-Pierre et l'autre disciple, celui que Jésus aimait, et elle leur dit : « *On a enlevé le Seigneur de son tombeau, et nous ne savons pas où on l'a déposé.* » Pierre partit donc avec l'autre disciple pour se rendre au tombeau. Ils couraient tous les deux ensemble, mais l'autre disciple courut plus vite que Pierre et arriva le premier au tombeau. En se penchant, il s'aperçoit que les linges sont posés à plat ; cependant il n'entre pas. Simon-Pierre, qui le suivait, arrive à son tour. Il entre dans le tombeau ; il aperçoit les linges, posés à plat, ainsi que le suaire qui avait entouré la tête de Jésus, non pas posé avec les linges, mais roulé à part à sa place. C'est alors qu'entra l'autre disciple, lui qui était arrivé le premier au tombeau. Il vit, et il crut. Jusque-là, en effet, les disciples n'avaient pas compris que, selon l'Écriture, il fallait que Jésus ressuscite d'entre les morts.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**PÂQUES**

17 avril 2022

**Réflexion pour les ados**

Comme Simon-Pierre, oserais-tu entrer le premier dans le tombeau ? Arrives-tu à reconnaître la présence de Dieu dans ta vie quotidienne ? Car il n'est nul besoin de voir avec ses yeux pour ressentir sa présence...

**Activité pour la famille**

Le marque-page de Pâques

Retrouver les explications sur notre page Pinterest  [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

***Nous n'avions pas cru...  
Mais au Jour naissant des  
femmes voient soudain  
Un homme au jardin et la  
création jubile,  
En Eden.  
Le Dieu vivant a tué la mort !  
Du silence de nos cœurs  
Vers Lui monte un  
chant nouveau.  
Ainsi soit-il.***

Prière de Sœur Anne Lécu (1968-....)



*Évangile (Lc 24, 46-53)*

En ce temps-là, Jésus ressuscité, apparaissant à ses disciples, leur dit : « Il est écrit que le Christ souffrirait, qu'il ressusciterait d'entre les morts le troisième jour, et que la conversion serait proclamée en son nom, pour le pardon des péchés, à toutes les nations, en commençant par Jérusalem, à vous d'en être les témoins. Et moi, je vais envoyer sur vous ce que mon Père a promis. Quant à vous, demeurez dans la ville jusqu'à ce que vous soyez revêtus d'une puissance venue d'en haut. » Puis Jésus les emmena au dehors, jusque vers Béthanie ; et, levant les mains, il les bénit. Or, tandis qu'il les bénissait, il se sépara d'eux et il était emporté au ciel. Ils se prosternèrent devant lui, puis ils retournèrent à Jérusalem, en grande joie. Et ils étaient sans cesse dans le Temple à bénir Dieu.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**ASCENSION**

26 mai 2022

**Réflexion pour les ados**

Jésus ressuscité est « emporté au ciel » devant ses disciples. À leur image, sois un témoin de sa résurrection au quotidien !

**Activité pour la famille**

Le Puzzle pour aller de l'Ascension à la Pentecôte

Retrouver les explications sur notre page Pinterest [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

**Ô Dieu, qui élève le Christ au-dessus de tout, ouvre-nous à la joie et à l'action de grâce, car l'Ascension de ton Fils est déjà notre victoire : nous sommes les membres de son corps, Il nous a précédés dans la gloire auprès de Toi et c'est là que nous vivons en espérance. Par Jésus-Christ, ton Fils, notre Seigneur, qui vit et règne avec Toi et le Saint Esprit dans les siècles des siècles.**

**Amen**

Prière du diocèse de Toulouse

*Évangile (Jn 14, 15-16.23b-26)*

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples: « Si vous m'aimez, vous garderez mes commandements. Moi, je prierai le Père, et il vous donnera un autre Défenseur qui sera pour toujours avec vous. Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole; mon Père l'aimera, nous viendrons vers lui et, chez lui, nous nous ferons une demeure. Celui qui ne m'aime pas ne garde pas mes paroles. Or, la parole que vous entendez n'est pas de moi: elle est du Père, qui m'a envoyé. Je vous parle ainsi, tant que je demeure avec vous; mais le Défenseur, l'Esprit Saint que le Père enverra en mon nom, lui, vous enseignera tout, et il vous fera souvenir de tout ce que je vous ai dit. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

**PENTECÔTE**

5 juin 2022

**Réflexion pour les ados**

Dieu demeure en toi comme en chacun de nous. Nous avons tous à porter et transmettre la Parole de Dieu.

**Activité pour la famille**

Les défis de la visite d'une église

Retrouver les explications sur notre page **Pinterest** [bit.ly/3mtKv1o](https://bit.ly/3mtKv1o)

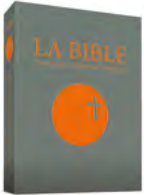
**Viens à nous,  
Esprit-Saint,  
et pénètre dans nos cœurs.  
Console-nous par ta  
présence, nous qui déplorons  
notre faiblesse  
Et fortifie en Toi ceux que tu  
vois défaillants.  
Allume en nous le feu  
de ton amour.  
Que la vérité soit dans  
notre bouche, la louange  
dans notre cœur,  
l'humilité vraie dans  
nos renoncements.**

Prière du site [eglise.catholique.fr](http://eglise.catholique.fr)





## Le réseau d'animation pastorale de l'Apel



*Textes liturgiques © AELF, Paris*

**Vous pouvez vous rendre  
dans n'importe quelle  
librairie religieuse pour  
y trouver le texte biblique  
dans son intégralité.**

### Le réseau d'animation pastorale de l'Apel (RAP)

- Il est constitué de parents Apel, nommés délégués à l'animation pastorale par les présidents d'Apel d'établissement, départementale ou académique.
- Il participe à la dimension évangélique de l'enseignement catholique.
- Il propose d'accompagner les parents dans leur spiritualité ou leur intériorité.

[www.apel.fr](http://www.apel.fr)



apel 