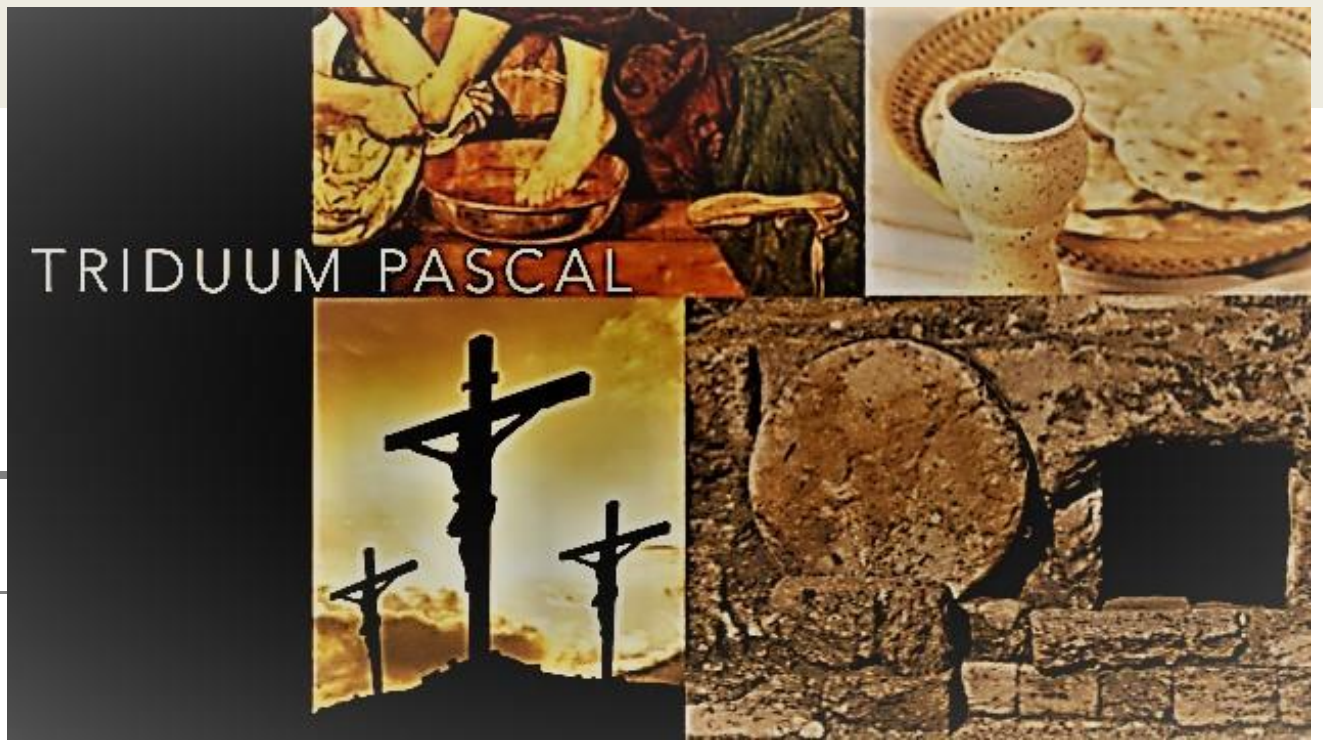


## PRIER EN FAMILLE PENDANT LE TRIDUUM PASCAL (du Jeudi Saint au matin de Pâques)

### GUIDE POUR VIVRE LE TRIDUUM PASCAL DE PIECE EN PIECE



### Concrètement

*Nous vous proposons un itinéraire pour vivre le Triduum pascal.*

*A travers un parcours dans les pièces de la maison, ce cheminement fait mémoire de ce qu'on y vit, de la relation avec le Christ à tous les instants de notre vie.*

*La Parole de Dieu nous accompagnera sur ce chemin au cœur de notre lieu de vie.*



*La bougie est allumée au début du cheminement.*

*Elle accompagne la famille de pièce en pièce, sauf le Samedi Saint matin. Elle sera portée alternativement par les membres de la famille.*

*A la fin, cette bougie pourra prendre place au milieu de la table du déjeuner de Pâques.*

*Pour être plus propice à l'intériorité le temps de **Prière** familiale sera vécu dans la pièce principale de la maison.*

### L'édito



Les circonstances actuelles permettent de retrouver, d'une manière renouvelée, la prière en famille, particulièrement durant le Triduum pascal.

Refaire un jardin pascal, comme l'an dernier permet de créer une tradition familiale.

Célébrer chaque soir du Triduum un geste de la liturgie en famille est aussi un beau signe.

Le jeudi saint, le lavement des pieds peut se mettre en œuvre mutuellement ; le vendredi saint, ce pourrait être une intercession un peu longue pour tous les

membres présents ou absents de votre réseau familial ou amical, le samedi saint à la nuit la reprise d'un rite de la nuit (allumer un petit feu dans son jardin et bénir la flamme en lisant l'Évangile de la Résurrection...)

Le service diocésain de la catéchèse et du catéchuménat vous a sélectionné une série de textes ou de gestes pour chaque jour. A vous de les adapter. Il vous propose un itinéraire dans votre maison, une manière d'en renouveler la bénédiction...

Chaque jour, prendre un extrait de l'Évangile, un Notre Père et suivre la passion du Christ avec la Vierge Marie me semble un bon chemin familial.

Bon Triduum à chacun.

Monseigneur Jérôme BEAU

## Jeudi Saint

JEUDI 1<sup>ER</sup> AVRIL 2021

### Dans la cuisine

Nous entrons dans la pièce de préparation des repas, là où il fait chaud et d'où montent les bonnes odeurs des plats.

### Parole de Dieu 1 Co 11, 23-24

**Le Seigneur Jésus prit du pain,  
puis, ayant rendu grâce,  
Il le rompit, et dit :  
« Ceci est mon corps, qui est pour vous.  
Faites cela en mémoire de moi. »**

#### Qu'est-ce que je vis dans cette pièce ?

Quelle importance prend cette pièce pour moi ? Pour notre vie de famille ? Que nous permet-elle de vivre comme attention à soi ? Aux autres ? Au monde ? A Dieu ? Comment ces gestes et ces paroles de Jésus, prennent sens dans notre cuisine ? A quoi ces paroles nous font-elles penser ? A quoi nous invitent-elles ?

#### A quelle attitude suis-je invité(e) ?

Je fais particulièrement attention aux membres de ma famille en partageant les tâches autour du repas (cuisiner, mettre la table, faire la vaisselle...) Pourquoi ne pas confectionner aujourd'hui notre pain en famille et le partager au repas du soir.

#### Ce qu'en dit le Pape François

S'arrêter pour rendre grâce à Dieu avant et après les repas [...] nous rappelle notre dépendance de Dieu pour la vie, il fortifie notre sentiment de gratitude pour les dons de la création, reconnaît ceux qui par leur travail fournissent ces biens, et renforce la solidarité avec ceux qui sont le plus dans le besoin.

Pape François « Laudato Si » n° 227



#### Prière - Bénédicité

Le mot « bénédicité » veut dire « bénissez » ou encore « dire du bien ».

A cette occasion, remercions le Seigneur non seulement pour la nourriture qu'Il nous donne, pour tous les bienfaits dont Il nous comble, mais aussi pour le moment que nous allons partager ensemble.

Que cette attitude de remerciement, nous fasse proche de personnes proches de nous qui n'ont pas cette chance.

Nos repas sont des temps de partage, d'échange, de rires mais aussi parfois de tensions... Plaçons tous ces moments sous le regard du Seigneur et invitons-Le dans tout ce qui fait le quotidien de nos vies.

*Ensemble, en famille nous pouvons dire ce bénédicité :*

Seigneur, bénis ce repas et ceux qui l'ont préparé.  
Seigneur, procure du pain à ceux qui n'en ont pas.  
Merci Seigneur pour cette table préparée avec amour.



Nous nous déplaçons vers la salle de bain, en nous imprégnant de cette Parole :

**Jésus, ayant aimé les siens qui étaient dans le monde,  
les aima jusqu'au bout.**

Jn 13, 1



## Jeudi Saint (suite)

### Dans la salle de bain

Nous entrons désormais dans une pièce d'eau et du soin du corps.

### Parole de Dieu *Jn 13, 6. 8*

**Simon-Pierre Lui dit :**  
**« C'est Toi, Seigneur, qui me laves les pieds ? »**  
**Jésus lui répondit :**  
**« Si Je ne te lave pas,**  
**tu n'auras pas de part avec Moi. »**

**Qu'est-ce que je vis dans cette pièce ?**

Quelle importance prend cette pièce pour moi ? Pour notre vie de famille ? Que nous permette de vivre comme attention à soi ? Aux autres ? Au monde ? A Dieu ?

Suivant l'exemple de Jésus, nous pouvons nous laver les pieds les uns les autres.

Qu'est-ce que je ressens en lavant les pieds d'un proche et en me faisant laver les pieds à mon tour ?

Que veut nous dire Jésus à travers ce geste ?

**A quelle attitude suis-je invité(e) ?**

Je suis attentif au bien être de mes proches par des gestes, des paroles...

### Chant

#### Ubi Caritas

R. Ubi caritas et amor,  
Ubi caritas Deus ibi est \*

<https://www.youtube.com/watch?v=VYnKwVHIAV0->

\* Là où sont la charité et l'amour,  
là où est la charité, là est Dieu.

### Ce qu'en dit le Pape François

« Les chefs des nations dominant, mais l'homme ne doit pas être comme cela. Le plus grand doit servir le plus petit. Et dans notre cœur il doit toujours y avoir cet amour, ce service de l'autre, un geste qui nous aide à être frères les uns des autres »

Messe "In Coena Domini" - 18 avril 2019

Nous continuons notre cheminement, en nous imprégnant de cette Parole :

**Avançons-nous donc avec assurance  
vers le Trône de la grâce,  
pour obtenir miséricorde  
et recevoir, en temps voulu, la grâce de son secours.**



Vitrail du lavement des pieds-  
Cathédrale St Etienne- Bourges

### Prière

Que ce geste du lavement des pieds avec de l'eau, vienne aussi éveiller en nous le don de notre baptême. Par notre baptême, nous sommes immergés dans cette inépuisable source de vie qu'est l'Amour de Dieu. Que par cette eau, nous puissions nous renouveler dans l'Amour du Christ et nous ouvrir au service de nos frères.

*Ensemble prions en nous tenant par la main.*

Seigneur, par ce geste d'amour que tu fais à tes disciples, tu nous invites à nous mettre au service des autres mais aussi à accueillir, dans une attitude d'humilité, l'aide de notre prochain. Donne-nous la force de suivre ton exemple, afin qu'à notre tour, nous puissions nous aussi être tes disciples.



## Vendredi Saint

VENDREDI 2 AVRIL 2021

### Dans la chambre

Nous entrons désormais dans le lieu du repos, un espace d'intimité, un endroit retiré dans la maison.

### Parole de Dieu *Jn 19, 26-28.30*

**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. »**

**Quand Il eut pris le vinaigre, Jésus dit : « Tout est accompli. »  
Puis, inclinant la tête, Il remit l'esprit.**

Au moment de mourir, Jésus n'est pas seul. Dans un geste d'Amour, Il confie sa mère au disciple qu'Il aimait et inversement, comme une transmission, un héritage.

### Qu'est-ce que je vis dans cette pièce ? A quelle attitude suis-je invité(e) ?

Quelle importance prend cette pièce dans ma vie ?

Que nous permet-elle de vivre comme attention à soi ? Aux autres ? Au monde ? A Dieu ?

Comment ces paroles de Jésus, prennent sens pour nous ?

Comment comprenons-nous cette initiative de Jésus avec Sa mère et Son disciple ?

En ce jour où l'Eglise revit la Passion et la mort du Christ, je suis invité(e) à un temps d'intériorité, de silence, à une relecture de mes souffrances, blessures, fragilités, faiblesses... et à les écrire discrètement, de façon personnelle sur un morceau de papier. Une fois terminé, je plie le papier que je garde pour l'instant avec moi.

### Ce qu'en dit le Pape François

Seigneur, qui, plus que Marie ta Mère, a su être ton disciple ? Elle a accepté la volonté du Père même dans le moment le plus sombre de sa vie et, avec le cœur meurtri, elle est restée à tes côtés. Celle qui t'a engendré, porté dans son sein, accueilli dans les bras, nourri avec amour et accompagné durant ta vie terrestre, ne pouvait pas ne pas parcourir le même chemin du Calvaire et partager avec Toi le moment le plus dramatique et le plus douloureux de ton existence ainsi que de la sienne.

Pape François - « Chemin de Croix du Vendredi Saint » 19 avril 2019

Pour vivre le Samedi Saint, nous nous déplaçons vers le couloir ou l'entrée, en priant Marie :

**Je vous salue, Marie, pleine de grâce,  
Le Seigneur est avec vous,  
Vous êtes bénie entre toutes les femmes,  
Et Jésus le fruit de vos entrailles est béni.  
Sainte Marie, Mère de Dieu, priez pour nous pauvres pécheurs,  
Maintenant et à l'heure de notre mort.  
Amen**



Stabat Mater, xixe, Porto Alegre, Brésil.

### Prière

Nous nous déplaçons en silence vers le coin prière, en repensant à la mort de Jésus sur la croix.

Prenons le temps de confier au Seigneur dans le silence de notre cœur nos fragilités, confiants en la miséricorde du Seigneur.

Chacun dépose lentement à tour de rôle son papier dans une boîte éphémère\*.  
(Au pied d'une croix si possible.)

Prions ensemble, en nous tenant la main :

Sur ton serviteur, que  
s'illumine ta face ;  
sauve-moi par ton amour.  
Soyez forts, prenez  
courage,  
vous tous qui espérez le  
Seigneur !

Ps 30(31), 17.25





## Samedi Saint

SAMEDI 3 AVRIL 2021

### Le couloir ou l'entrée (Matin)

Nous faisons attention à ne pas allumer la bougie, ni les lumières, pour rester dans la pénombre, à l'image du tombeau.

Cet espace de la maison est bien un lieu de passage. Nous n'y restons pas longtemps. C'est un espace qui donne accès aux différentes pièces de la maison.



### *Le Samedi Saint, l'Eglise demeure auprès du tombeau dans le silence.* (Aelf)

#### Qu'est-ce que je vis dans ce lieu ?

Dans cet entre-deux, nous avons un choix à faire pour donner une direction à notre vie, je pense à tous ces choix qui s'offrent à moi, aux passages marquants dans ma vie, dans la peine ou la joie.

Ce silence que l'Eglise nous propose le Samedi Saint, qu'est-ce qu'il signifie pour moi ? Pour nous ?

#### A quelle attitude suis-je invité(e) ?

Ce temps de passage nous invite à méditer en silence sur nos choix, bons ou mauvais.

Dans cette réflexion sur le bien et le mal, nous pouvons choisir de nous passer de quelque chose qui éloigne de Dieu et/ou adopter une attitude fraternelle envers un membre de notre entourage (parents, grands-parents, frères et sœurs, parrains, marraines, amis...). Je la garde pour l'instant en moi.



#### Ce qu'en dit le Pape François

« Le silence ne se réduit pas à l'absence de paroles, mais consiste plutôt à se préparer à écouter d'autres voix : celles de notre cœur et surtout la voix de l'Esprit Saint ».

Vatican, Audience générale du 10 janvier 2021  
Pape François - « Chemin de Croix du Vendredi Saint » 19 avril 2019



#### Prière

(Soit lue à voix haute ou en silence)

Seigneur, accorde-moi non pas le silence qui me rend prisonnier de moi-même mais celui qui me libère et m'ouvre des espaces nouveaux,  
non pas le silence de la peur des autres et du monde mais celui qui me rend proche de tout homme et de la création,  
non pas le silence de l'absence vide, du monologue solitaire mais celui de la rencontre, de l'intimité en ta Présence,  
non pas le silence de la nuit du désespoir mais celui qui attend la lumière de l'aurore, de l'espérance,  
non pas le silence du bavard, rempli de mots, de lui-même mais celui du cœur qui écoute le murmure de ton Esprit,  
non pas le silence de l'oubli, du tombeau, de la mort mais celui où la matière se charge des énergies du Ressuscité dans l'attente d'une vie nouvelle dans ta Lumière.

Amen

*D'après Père Michel Hubaut*

\* Pour nous libérer de nos poids, de nos pesanteurs, nous nous déplaçons en silence vers une poubelle pour jeter notre boîte éphémère.

## Samedi Saint (suite)

### Dans la pièce à vivre (Soir)

Nous entrons dans la pièce à vivre, le cœur de notre habitation. Nous allumons progressivement plusieurs bougies dans cette pièce, en nous imprégnant de cette Parole :

**Et si nous sommes passés par la mort avec le Christ,  
nous croyons que nous vivrons aussi avec Lui.**

Rm 6, 8

Tout comme la nouvelle lumière du cierge pascal qui se diffuse au sein de la communauté lors de la Vigile pascale.

### Parole de Dieu Mc 16, 6

**Ne soyez pas effrayées !  
Vous cherchez Jésus de Nazareth, le Crucifié ?  
Il est ressuscité.**

#### Qu'est-ce que je vis dans cette pièce ?

Quelle importance prend cette pièce pour moi ? Pour notre vie de famille ? Que nous permet-elle de vivre comme attention à soi ? Aux autres ? Au monde ? A Dieu ?

A quoi ces paroles nous font-elles penser ? A quoi nous invitent-elles ?

#### A quelle attitude suis-je invité(e) ?

**Le Christ est ressuscité !** La joie de la Bonne Nouvelle s'inscrit dans nos cœurs. Notre joie intérieure se propage et nous incite à la partager avec notre famille à ce moment précis. Nous pouvons échanger cette Parole les uns avec les autres :

**« Jésus est vraiment ressuscité !  
Alléluia ! »**

### Ce qu'en dit le Pape François

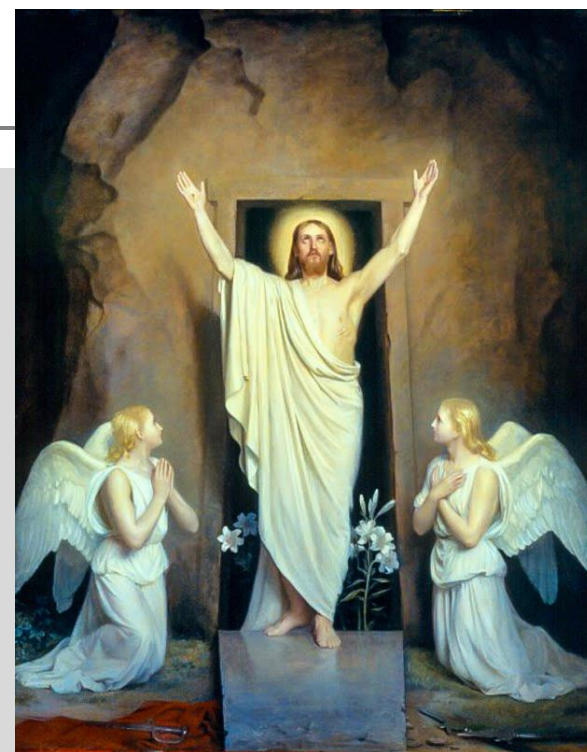
« Il est ressuscité ! C'est l'annonce qui soutient notre espérance et la transforme en gestes concrets de charité. Comme nous avons besoin de faire en sorte que notre fragilité soit marquée de cette expérience ! Comme nous avons besoin que notre foi soit renouvelée, que nos horizons myopes soient remis en question et renouvelés par cette annonce ! Il est ressuscité et avec Lui ressuscite notre espérance créative pour affronter les problèmes actuels, parce que nous savons que nous ne sommes pas seuls. »

Pape François – Homélie Veillée pascale 2018



En vue du Dimanche de Pâques, nous nous déplaçons vers l'entrée.

**Tu m'apprends le chemin de la vie :  
devant ta face, débordement de joie !  
À ta droite, éternité de délices !**



La Résurrection par Carl Heinrich Bloch, 1881.

### Prière

Pour ce temps de prière, un membre de la famille lit lentement cette méditation. Si cela est possible, on peut mettre un fond musical.

Faisons mémoire de cette journée : ce matin, nous nous sommes retrouvés dans le couloir sombre, silencieux... Peut-être avons-nous ressenti de la tristesse, du désarroi, une impression de vide... Mais quel chemin prendre quand tout semble perdu ?... (silence)

Et puis, dans ce silence, nous avons ouvert notre cœur, écouté la voix de l'Esprit Saint... Et dans ce temps d'attente, une espérance... (silence)

Nous avons alors pu déposer symboliquement nos fragilités, nos difficultés à avancer, nos souffrances, en les jetant à la poubelle.

Ce soir, nous nous sommes retrouvés dans une pièce où il fait bon vivre. Les bougies ont illuminé doucement nos visages... Et maintenant la lumière éclate et nous transporte de joie !

Nous avons traversé les obscurités de notre vie pour être illuminés de la lumière de Dieu. Avec le Christ, nous sommes passés de la mort à la vie !

Merci Seigneur : par Ta résurrection, tu Nous sauves de tout mal et de la mort. Guide-nous chaque jour sur le chemin qui ouvre à la Vie ! Fais de nous des porteurs d'espérance !

### Chant

**Choisis la vie  
Choisis la Vie**

Ouvre ton cœur au don de Dieu,  
Sois un vivant pour le Seigneur,  
Laisse-toi brûler de son feu (bis)

Paroles : Mère Teresa

[https://www.youtube.com/watch?v=IfUOy\\_tp3o](https://www.youtube.com/watch?v=IfUOy_tp3o)



## Dimanche de Pâques

DIMANCHE 4 AVRIL 2021

### L'extérieur

*Nous sommes maintenant dehors, dans le monde, là où nous tissons des liens avec nos voisins, nos collègues de travail, nos copains d'école, notre communauté paroissiale... nos frères... Nous sommes passés, avec le Christ des ténèbres à la Lumière, notre cœur est en joie ! Une vie nouvelle s'ouvre ! Ce monde, créé par Dieu et dans lequel nous sommes envoyés, est beau !*

### Parole de Dieu Lc 24, 33

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

### Qu'est-ce que je vis à l'extérieur ? A quelle attitude suis-je invité(e) ?

L'expérience de la résurrection est faite. Les disciples sont repartis dans le monde. Ils savent qu'ils ne sont plus seuls... L'Écriture s'est accomplie !

Je regarde ce départ, cet envoi... cet empressement...

Est-ce que c'est important pour moi, pour notre famille de sortir ? Pourquoi ? Pour quoi ? Dehors, comment témoignons-nous de la résurrection du Christ ?

Qu'est-ce que ça nous permet de vivre comme attention à soi ? Aux autres ? Au monde ? A Dieu ?

Nous pouvons partager notre joie avec des voisins en discutant avec eux, ou aller rendre visite à des personnes de la famille, des personnes seules, ou tout simplement sourire et dire bonjour à des personnes que nous croisons. Nous pouvons aussi, si nous avons la chance d'avoir un jardin, contempler la nature qui s'ouvre de nouveau à la vie et rendre grâce pour ce don, pour cette beauté !



### Prière

*Si le temps le permet, nous pouvons rester dehors pour ce temps de prière ou nous retrouver en famille dans le salon.*

Christ est vivant, Il est ressuscité, Alléluia !

Seigneur, aujourd'hui nous sommes dans la joie, et cette joie nous ne pouvons pas la garder que pour nous, elle rayonne car nous sommes Tes disciples, des disciples-missionnaires !

Comme Marie-Madeleine et les disciples au matin de Pâques, Tu nous rends témoins de Ta résurrection. Sur nos chemins de vie, quel que soit notre âge, Tu nous invites à annoncer cette bonne nouvelle, par notre témoignage, notre attention aux autres, notre joie de se savoir aimé et sauvé !

Que notre famille rayonne de Ta présence : Aide nous à semer la joie et l'amour autour de nous, à raconter aux autres toutes les merveilles que Tu fais pour nous et dont nous sommes témoins. Alléluia !

### Chant

#### Alléluia Psaume 117

**R/ Alléluia, alléluia, alléluia (bis)**

Proclamez que le Seigneur est bon,  
Éternel est son amour !  
Que le dise la maison d'Israël,  
Éternel est son amour !

Le Seigneur est ma force et mon chant,  
Le Seigneur est mon salut.  
Je ne mourrai pas, non, je vivrai,  
Je dirai l'œuvre de Dieu.

Oui, c'est toi mon Dieu,  
Je te rends grâce,  
Seigneur mon Dieu je t'exalte.  
Proclamez que le Seigneur est bon,  
Éternel est son amour !

<https://www.youtube.com/watch?v=FKMSzhKYLfY>



### Ce qu'en dit le Pape François

« Celui qui aime se met en mouvement, il est poussé en dehors de lui-même, il est attiré et attire, il se donne à l'autre et tisse des relations qui engendrent la vie. Personne n'est inutile et insignifiant pour l'Amour de Dieu. Chacun d'entre nous est une mission dans le monde parce qu'il est fruit de l'Amour de Dieu. »

Pape François – Message pour la journée mondiale des missions 2019

## Joyeuse fête de Pâques à Tous !



Aurore sur les vergers du Berry

Nous avons vécu cet itinéraire pour vivre le Triduum pascal de pièce en pièce, qu'avons-nous retenu ? Qu'avons-nous apprécié ? Quel moment nous a plus particulièrement marqués ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Dates à retenir :

Jeudi 13 mai 2021 : **ASCENSION**

**Jésus fut enlevé au ciel et s'assit à la droite de Dieu »**

Mc 16, 15-20



Arcabas, l'Ascension

Dimanche 23 mai 2021 : **PENTECÔTE**

**« Tous furent remplis d'Esprit Saint et se mirent à parler »**

Ac 2, 4



Arcabas, la Pentecôte

**Tous les dimanches, le Christ vous invite à partager une communion fraternelle dans votre paroisse.**



Arcabas, les pèlerins d'Emmaüs

Nous tenons à remercier tout spécialement le Diocèse de Valence, pour son aimable autorisation à nous inspirer de son guide 2020 « Pâques à la Maison » et dans cette dynamique entre diocèses, nous leur transmettons notre proposition pour Pâques 2021.