

Carnet de Carême de :

PAQUES

09.04.2023

Vendredi Saint

07.04.2023

Jeudi Saint

06.04.2023

Les Rameaux

02.04.2023

5^{ème} Dimanche

26.03.2023

4^{ème} Dimanche

19.03.2023

3^{ème} Dimanche

12.03.2023

2^{ème} Dimanche

05.03.2023

1^{er} Dimanche

26.02.2023

Mercredi des Cendres

22.02.2023

**En route avec Jésus
Vers Pâques**



Quarante jours

Quarante jours pour faire le tri,
pour se délester de ce qui est inutile comme
lorsqu'il faut traverser un désert.

Quarante jours pour éduquer le cœur et aimer,
apprendre à aimer, d'une façon neuve, à la
manière des premiers jours.

Quarante jours pour marcher à un autre rythme,
pour changer de style, pour faire le ménage, pour
se purifier.

Quarante jours pour regarder les autres, pour regarder
Dieu,
pour écouter la Parole du Christ et la laisser faire son
œuvre de redressement au secret de nos désirs.

Quarante jours pour être transfiguré,
Quarante jours pour grandir avec l'Évangile,
Quarante jours pour apprendre à vivre!

Charles Singer

Le temps de Carême, c'est quoi ?

C'est un mot qui vient du latin qui signifie « quarante ». Pendant les quarante jours qui suivent nous allons nous préparer à célébrer la fête de Pâques, le jour le plus important de l'année liturgique.

Dans la Bible, le chiffre « quarante » a une signification symbolique : c'est la préparation d'un événement particulièrement important.

Ainsi, on nous dit que les Hébreux ont séjourné quarante ans dans le désert avant d'entrer en Terre Promise, ou encore que Moïse s'est préparé pendant quarante jours à rencontrer le Seigneur et que le prophète Elie en a fait autant.

De même avant de commencer sa vie publique, Jésus s'est retiré pendant quarante jours dans le désert.

Le Carême c'est un peu pareil : les chrétiens veulent se débarrasser de tout ce qui les détourne de la volonté de Dieu, ils veulent être plus attentifs à sa Parole et aimer mieux. On appelle cette attitude la « conversion », c'est-à-dire le changement de cap.

Partager

Nous disposons tous de richesses (argent, temps, savoir-faire, capacités...).

Est-ce que nous les garderons pour nous ou les mettrons-nous à la disposition des autres ?

Pendant le Carême, nous devons nous tourner vers les autres.

Jeûner

Ce n'est pas seulement se priver de nourriture. C'est aussi se priver de ce que l'on aime manger ou faire : chocolat, bonbons, télévision, console...

Pendant le Carême, jeûner permet de manifester que ce qui compte le plus, c'est l'amour de Dieu et des autres.

Prier

C'est Dieu qui nous éclaire et nous aide à modifier notre façon de vivre afin d'être plus fidèles à la volonté de Dieu.

Pendant le Carême, nous devons nous consacrer plus régulièrement à la prière et donner du temps à Dieu.

Ton chemin de Carême

Tu vas pouvoir suivre le déroulement du Carême.

Chaque jour, colorie une case de ce chemin si tu as réussi à faire un des efforts suivant :

En rouge : Prière

Temps offert à Dieu pour le rencontrer, l'écouter, lui parler

Quelques exemples :

Faire une prière à mon ange gardien, faire un coin prière dans ma chambre (ou le compléter si j'en ai déjà un), aller à la messe en avance pour rester 5 minutes devant le tabernacle pour prier, prier pour les défunts de ma famille, me réveiller plus tôt pour réciter un Notre Père, prendre un temps pour prier Marie, prendre un temps pour prier l'Esprit Saint, prendre un temps pour prier Jésus, faire une prière avant le repas, contempler la nature et remercier Dieu, prier pour quelqu'un qui m'a fait du mal.

Jaune : Pénitence / Jeûne

Privation de quelque chose par amour pour Dieu et les autres

Quelques exemples :

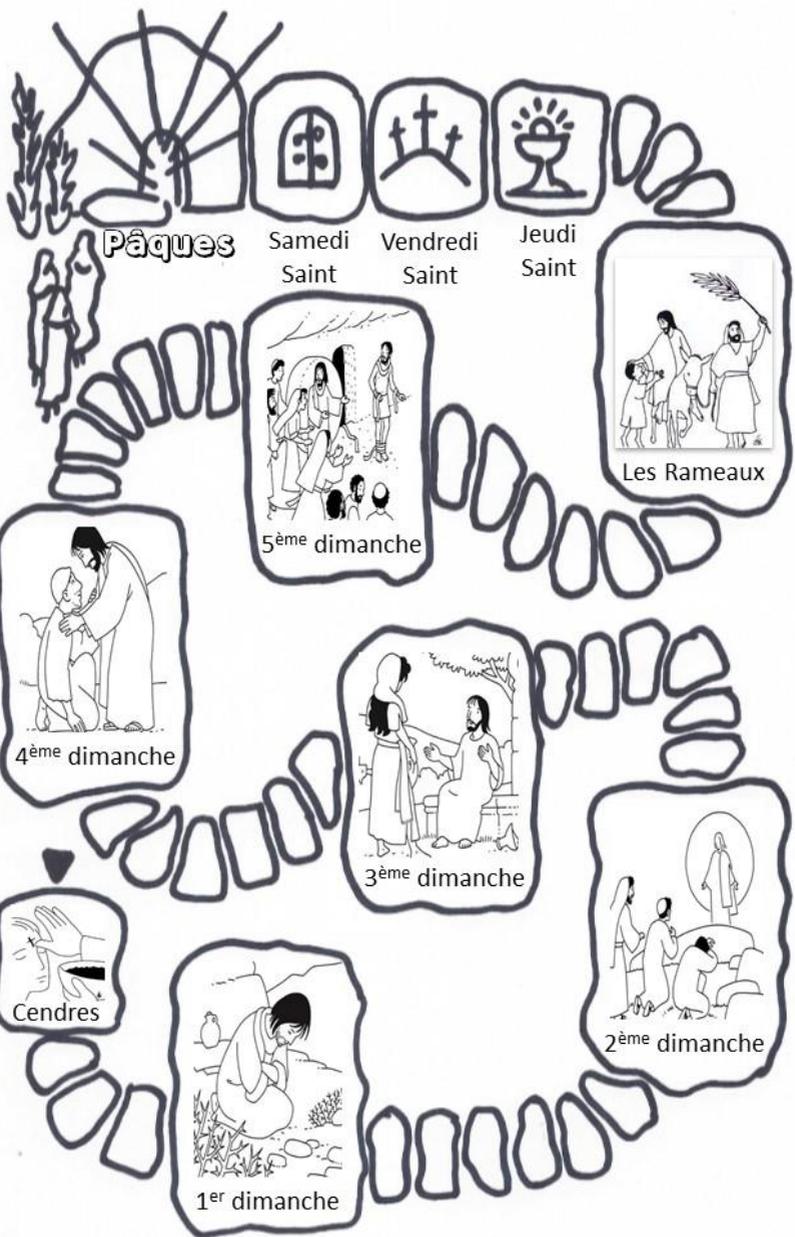
Ne pas dire de gros mots, ranger ma chambre, passer du temps en famille plutôt que devant un écran, offrir mon goûter à un ami/frère/sœur, ne pas regarder la télévision pendant une journée, ne pas jouer à la console pendant une journée, rendre un service à la maison sans qu'on me le demande, servir les autres à table avant de me servir, ne pas traîner sous la douche, me priver d'une gourmandise que j'aime.

Bleu : Partage / Aumône

Par amour, offrande de son temps, ses services

Quelques exemples :

Parler à quelqu'un que je n'aime pas trop, donner à quelqu'un un objet auquel je tiens, ne pas laisser quelqu'un seul à la récré en allant vers lui, être gentil avec mes frères et sœurs, participer aux tâches ménagères, aider quelqu'un à l'école ou à la maison ou dans la rue, défendre quelqu'un, ne pas écouter les paroles méchantes, sourire à tous ceux que je croise, faire un geste pour quelqu'un qui en a besoin (visite, lettre, mail, téléphone)



Mon chemin de Carême

Mercredi des Cendres

Mercredi 22 février 2023



Les chrétiens marquent le début du Carême en recevant les Cendres lors d'une célébration en église. Le prêtre trace sur le front et dans les mains des chrétiens, le signe de la Croix.

En recevant les Cendres, les chrétiens sont appelés à changer leur cœur.

Ce mercredi dans les églises, il y aura une célébration unique dans l'année : les chrétiens marquent le début du Carême en recevant les cendres.

Les cendres sont faites avec des rameaux bénis brûlés. Elles sont là pour nous rappeler que notre existence est bien fragile et que sans Dieu nous ne sommes pas grand-chose. C'est Lui qui nous appelle à changer, à vivre avec Lui.

Mes notes personnelles :

1er dimanche de Carême
Dimanche 26 février 2023



« Au désert, Jésus choisit de faire la volonté de son Père et de sauver les hommes ».

Jésus, après son baptême, fut conduit au désert par l'Esprit pour être tenté par le démon. Après avoir jeûné quarante jours et quarante nuits, il eut faim. Le tentateur s'approcha et lui dit :

« Si tu es le Fils de Dieu, ordonne que ces pierres deviennent des pains ». Mais Jésus répondit : « Il est écrit : ce n'est pas seulement de pain que l'homme doit vivre,

mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu ».

De l'Évangile selon saint Matthieu 4, 1-11

COMPRENDRE LES MOTS DE L'ÉVANGILE

Le démon : On l'appelle ainsi Satan, Diable, Esprit Malin, Lucifer, Belzébuth... : c'est un être qui a été créé par Dieu, mais qui a définitivement refusé de l'aimer. Il veut nous empêcher de devenir des disciples. Jésus, lui aussi, est tenté par Satan, mais il le repousse. Il aime son Père plus que tout.

Le tentateur : Le tentateur, c'est-à-dire Satan ou le Diable, peut agir à l'intérieur ou à l'extérieur de celui qu'il veut tenter. A l'intérieur, il lui suggère des pensées qui l'éloigneront de Dieu. A l'extérieur, il exerce des pressions par l'intermédiaire des amis ou des proches.

Ainsi, Jésus traite Pierre de Satan en Matthieu 16, 23 et Judas est qualifié de Diable en Jean 6, 71.

Mes notes personnelles :

2ème dimanche de Carême

Dimanche 5 mars 2023



« *Celui-ci est mon Fils bien aimé, écoutez-le* ».

Jésus prit Pierre, Jacques et Jean son frère avec lui et il les emmena à l'écart, sur une haute montagne.

Il fut transfiguré devant eux ; son visage devint brillant comme le soleil, et ses vêtements blancs comme la lumière.

Voici que leur apparurent Moïse et Élie, qui s'entretenaient avec Jésus (...).

Une nuée lumineuse les couvrit de son ombre ; et, de la nuée, une voix disait : « Celui-ci est mon Fils bien-aimé, en qui j'ai mis tout mon amour ; écoutez-le ».

De l'Évangile selon saint Matthieu 17, 1-9

COMPRENDRE LES MOTS DE L'ÉVANGILE

Transfiguré : La transfiguration fait apparaître, quelques instants, la nature profonde de Jésus : vrai Homme et vrai Dieu. Dans le monde inquietant actuel, la transfiguration de Jésus est un éclair de lumière. Nous apercevons en lui notre nature humaine et l'avenir divin vers lequel il faut nous diriger.

Pourquoi Moïse et Élie sont présents près de Jésus : Moïse a libéré les hébreux de la servitude de l'Égypte, il a été l'homme de l'Alliance avec Dieu au Sinaï. Élie, a lutté contre l'idolâtrie et renouvelé l'Alliance au Sinaï. Les juifs pensaient que tous deux reviendraient au temps du Messie. Ils sont là, avec Jésus, pour attester qu'il est le Messie, l'accomplissement des Écritures et des attentes, le guide de l'Exode définitif.

Mes notes personnelles :

3ème dimanche de Carême
Dimanche 12 mars 2023



« C'est vraiment lui le Sauveur du monde ».

Jésus arrivait à une ville de Samarie appelée Sykar, près du terrain que Jacob avait donné à son fils Joseph, et où se trouve les puits de Jacob. Jésus fatigué par la route, s'était assis là, au bord du puits. Il était environ midi. Arrive une femme de Samarie, qui venait puiser de l'eau. Jésus lui dit : « Donne-moi à boire » (Ses disciples étaient partis à la ville pour acheter de quoi manger). La

Samaritaine lui dit : « Comment ! Toi qui es juif, tu me demandes à boire, à moi, une Samaritaine ? » (Les juifs ne veulent rien avoir en commun avec les Samaritains). Jésus lui répondit : « Si tu savais le don de Dieu, si tu connaissais celui qui te dit : « Donne-moi à boire », c'est toi qui le lui aurais demandé et il t'aurait donné de l'eau vive ».

De l'Évangile selon saint Jean 4, 5-42

COMPRENDRE LES MOTS DE L'ÉVANGILE

Donne-moi à boire : Jésus a soif. Il s'arrête près d'un puit. Il demande à une femme de lui puiser de l'eau. Il peut ainsi étancher sa soif. Mais quelques heures plus tard il aura de nouveau soif, comme nous. Cherchons toujours à apaiser notre soif de connaissances en lisant la Parole de Dieu.

L'eau vive : Jésus parle aussi d'une autre eau, au sens figuré. Cette eau qu'il nous donne a trois caractéristiques : elle supprime la soif ; elle devient une source en nous ; elle jaillit pour la vie éternelle. La vie éternelle, c'est une vie d'amitié avec Dieu et les autres. Elle est déjà commencée, mais elle ne finira jamais.

Mes notes personnelles :

4ème dimanche de Carême

Dimanche 19 mars 2023



« **Je crois Seigneur** ».

En sortant du temple, Jésus vit sur son passage un homme qui était aveugle de naissance. Ses disciples l'interrogèrent :

« Rabbi, pourquoi cet homme est-il né aveugle ? Est-ce lui qui a péché, ou ses parents ? ». Jésus répondit : « Ni lui, ni ses parents. Mais l'action de Dieu devait se manifester en lui. Il nous faut réaliser l'action de Celui qui m'a envoyé, pendant qu'il fait encore jour. Tant que je suis dans le monde, je suis la Lumière du

monde ».

Cela dit, il cracha sur le sol et avec la salive il fit de la boue qu'il appliqua sur les yeux de l'aveugle, et il lui dit : « Va te laver à la piscine de Siloé. L'aveugle y alla donc, et il se lava ; quand il revint, il voyait. (...)

Jésus apprit que les pharisiens l'avaient expulsé. Alors il vient le trouver et lui dit : « Crois-tu au Fils de l'homme ? ». L'aveugle répondit : « Et qui est-il, Seigneur, pour que je crois en lui ? ». Jésus lui dit : « Tu le vois, et c'est lui qui te parle ». L'aveugle dit : « Je crois, Seigneur » et il se prosterna devant Jésus.

De l'Évangile selon saint Jean 9, 1-41

COMPRENDRE LES MOTS DE L'ÉVANGILE

Siloé : C'est un grand réservoir d'eau que l'on peut voir encore aujourd'hui à Jérusalem. Siloé veut dire "envoyé".

Fils de l'Homme : c'est une manière pour Jésus de se désigner. Cette expression, de l'Ancien Testament, veut dire que Jésus est vraiment homme et qu'il est le Messie (ou Christ attendu).

Mes notes personnelles :

5ème dimanche de Carême

Dimanche 26 mars 2023



« Lazare viens dehors ! Délie-le et laissez-le aller ! ».

Pendant que Jésus était en route pour le village de Béthanie, Lazare, le frère de Marie et de Marthe mourut. Jésus arriva au tombeau, une grotte fermée par une pierre, demanda qu'on retire la pierre. Alors Jésus leva les yeux au ciel et dit « Père, je te rends grâce parce que tu m'as exaucé. Je sais bien, moi, que tu m'exauces toujours, mais si j'ai parlé, c'est pour cette foule qui est

autour de moi, afin qu'ils croient que tu m'as envoyé ». Après cela, il cria d'une voix forte : « Lazare, viens dehors ! ». Et le mort sortit. Jésus leur dit « déliez-le, et laissez-le aller ».

Les nombreux juifs qui étaient présents, crurent en lui.

De l'Evangile selon saint Jean, chapitre 11, 1-44

COMPRENDRE LES MOTS DE L'EVANGILE

Lazare, viens dehors : la résurrection de Lazare n'est pas la même résurrection que celle de Jésus. Lazare, revenu à la vie, vieillira et mourra quand son temps sera venu. Mais par ce signe, Jésus annonce la victoire de la vie sur la mort.

Laissez-le aller : Jésus nous fait comprendre que même la mort n'est pas un obstacle infranchissable à l'Amour de Dieu. Ainsi, il prépare ses disciples à sa propre résurrection au matin de Pâques. A quelques jours de le célébrer, nous pouvons nous demander si nous croyons vraiment que le Seigneur veut nous libérer, nous aussi, de tout ce qui, sans Lui, nous conduirait à la mort....

Mes notes personnelles :

Dimanche des Rameaux

Dimanche 2 avril 2023



"Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur"

Dans la foule, la plupart étendirent leurs manteaux sur le chemin : d'autres coupaient les branches aux arbres et en jonchaient la route. Les foules qui marchaient devant Jésus et celles qui suivaient criaient : « Hosanna au Fils de David ! Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur ! Hosanna au plus haut des cieux ! ».

De l'Évangile selon saint Matthieu 21, 8-9

COMPRENDRE LES MOTS DE L'ÉVANGILE

Hosanna ! : Dans la foule qui accueille Jésus, il y a des pauvres, des malades, des gens humiliés. En voyant Jésus, ils retrouvent espoir et crient : « Hosanna ! » c'est-à-dire « sauve nous donc ! ».

Fils de David : Jésus est de la famille de David.

Jérusalem est la ville de David. Même si le roi David est mort depuis 1000 ans, il a laissé le souvenir d'une époque heureuse. En appelant Jésus « Fils de David » tous espéraient retrouver ce bonheur perdu.

Au nom du Seigneur : A travers Jésus qui vient au nom du Seigneur, la foule s'adresse à Dieu. A travers lui c'est Dieu qu'elle accueille. Aujourd'hui, je peux aussi accueillir Dieu en ouvrant mon cœur aux autres.

Mes notes personnelles :

Jeudi Saint

Jeudi 6 avril 2023



"Il les aime jusqu'au bout"

Avant la fête de Pâque, Jésus réunit ses disciples autour d'un repas que l'on appellera par la suite, la Cène.

Jésus, se met à laver les pieds des disciples mais au moment où arrive son tour, Simon-Pierre refuse. Jésus lui explique alors que, par le lavement de ses pieds, c'est tout son corps qui sera lavé : Jésus va les laver de leurs péchés. Il va les rendre purs.

De l'Évangile selon saint

Jean 13, 1-15

COMPRENDRE LES MOTS DE L'ÉVANGILE

La Cène : C'est durant la Cène que Jésus annonce qu'il y a un traître parmi eux. Judas quitte la pièce. Après avoir lavé ses disciples de leurs péchés (sacrement de réconciliation), Jésus va instituer l'Eucharistie en partageant le pain et le vin avec ses disciples. Dans l'Évangile de St Jean (13, 34), il va également leur transmettre un nouveau commandement : " aimez-vous les uns les autres, comme je vous ai aimés ". C'est en quelque sorte le testament de Jésus.

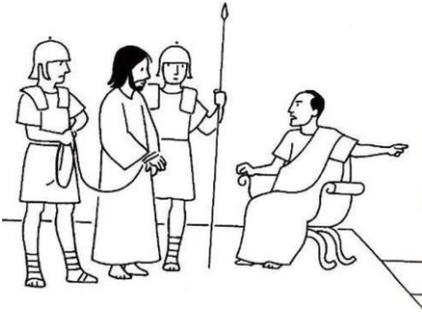
Laver les pieds : Jésus ne vient pas pour être servi mais pour se mettre au service des autres. En lavant les pieds de ses disciples, il veut leur montrer l'exemple pour qu'à leur tour, ils se mettent au service des autres et deviennent des témoins de l'Évangile.

Mes notes personnelles :

Vendredi Saint

Vendredi 7 avril 2023

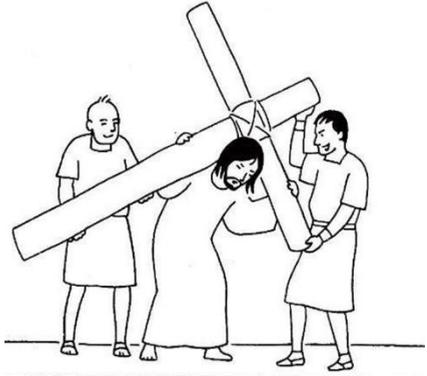
1 Jésus est condamné à mort



Jésus,
Tu n'as rien fait de mal.
Pourtant, tu te laisses condamner sans rien dire.
Dans ton cœur, il n'y a ni colère, ni amertume. Tu es en paix.

Prière : Jésus, quand j'ai envie de me mettre en colère, apprends-moi à rester paisible et silencieux.

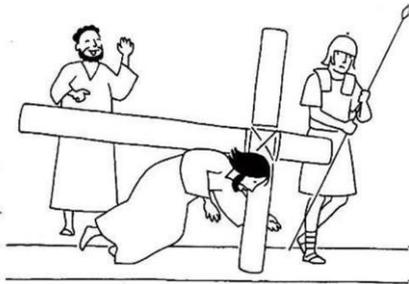
2 Jésus est chargé de sa croix



Jésus,
Cette croix est lourde; elle te fait mal.
Mais tu la prends de tout ton cœur.

Prière : Jésus, parfois, des difficultés grandes ou petites, se présentent sur mon chemin ; aide-moi à les vivre avec amour.

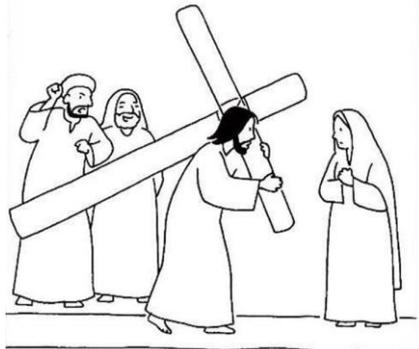
3 Jésus tombe pour la première fois



Jésus,
Te voici à terre.
Tu es si fatigué, cette croix est si lourde !
Tu pourrais t'arrêter là. Mais tu te relèves et tu repars.

Prière : Jésus, lorsque je tombe, viens me relever et aide-moi à repartir.

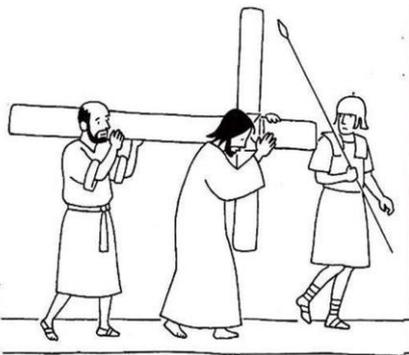
4 Jésus rencontre sa mère



Jésus,
Tu regardes Marie, ta mère, et elle te regarde.
Tu sais qu'elle souffre avec toi : c'est le même amour qui vous unit.

Prière : Jésus, lorsque je suis malheureux, rappelle-moi que Marie est tout près de toi.

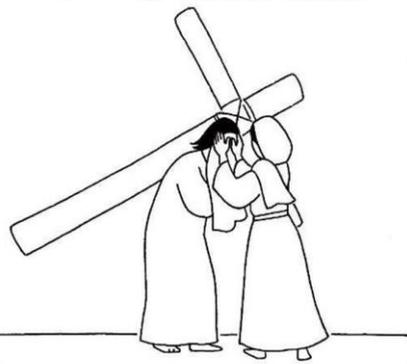
5 Simon de Cyrène aide Jésus à porter sa croix



Jésus,
Tu n'en peux plus !
Les soldats demandent à Simon, qui revient des champs, de t'aider.

Prière : Jésus, moi aussi, je veux t'aider à porter ta croix en te suivant sur ton chemin d'amour.

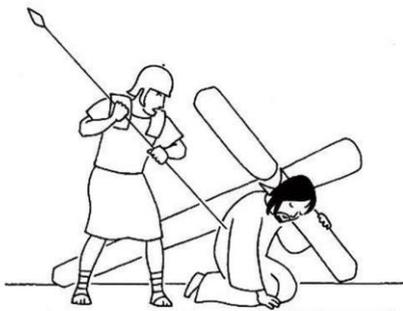
6 Véronique essue la face de Jésus



Jésus,
Véronique t'aime tant qu'elle ose aller jusqu'à toi pour essuyer ton visage.
Dans ce geste très simple, elle met toute la délicatesse de son amour.

Prière : Jésus, remplis mon cœur d'audace et de tendresse pour que j'aie vers ceux qui souffrent.

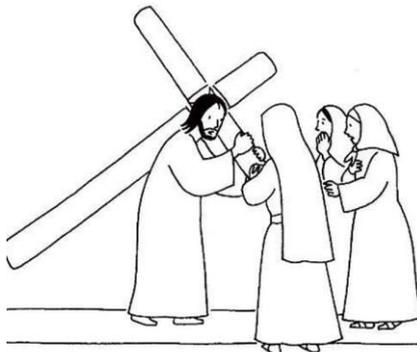
7 Jésus tombe pour la deuxième fois



Jésus,
Tu tombes encore. Les soldats sont furieux.
Toi, tu ne dis rien. Tu te relèves et tu repars.

Prière : Jésus, lorsque je suis découragé par mes chutes répétées, apprends-moi la confiance et la persévérance.

8 Jésus rencontre les femmes de Jérusalem

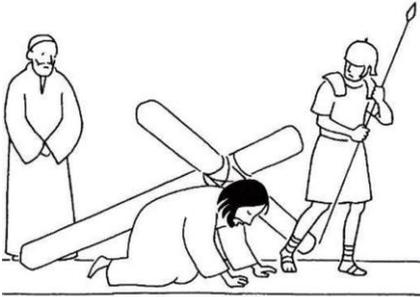


Jésus,
Les femmes pleurent parce que tu souffres.
Mais tu leur rappelles que le plus grand malheur c'est de dire « non » à l'amour de Dieu.

Prière : Jésus, quand il m'arrive de dire « non », apprends-moi à le regretter de tout mon cœur.

9

Jésus tombe pour la troisième fois

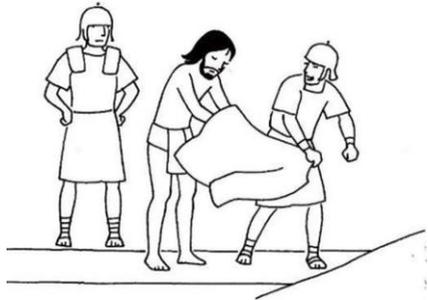


Jésus,
Pourras-tu te relever ? Cela semble impossible !
Mais rien n'est impossible à ton amour.
Tu veux aller jusqu'au bout pour nous sauver.

Prière : Jésus, dans les difficultés, viens m'aider de toute la force de ton amour.

10

Jésus est dépouillé de ses vêtements

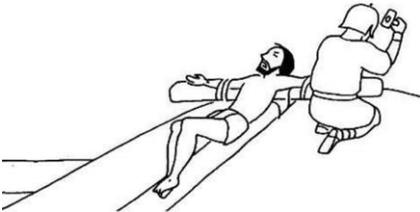


Jésus,
Tu n'as plus rien. On te prend tout.
Tu donnes tout : tes vêtements et ta vie.
Ta seule richesse, c'est l'amour de ton Père.

Prière : Jésus, apprends-moi à désirer cette richesse-là par-dessus tout.

11

Jésus est cloué à la croix

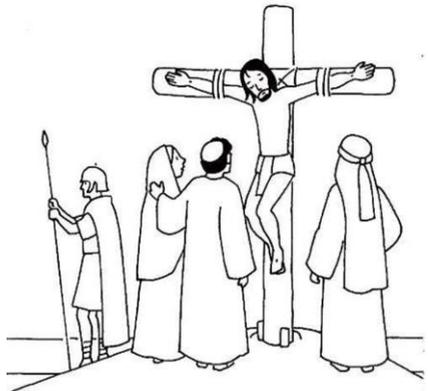


Jésus,
Tu étends les bras sur le bois de la croix comme pour embrasser tous les hommes.
Tu nous aimes au-delà de tout ce que nous pouvons imaginer.

Prière : Jésus, apprends-moi à me laisser aimer par toi.

12

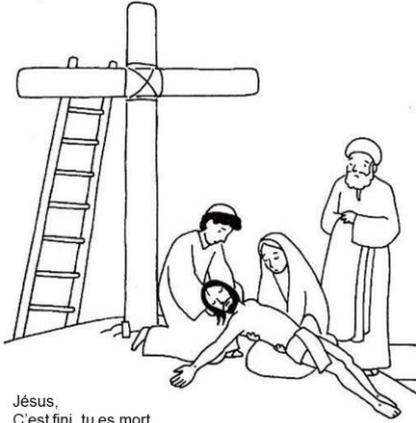
Jésus meurt Sur la croix



Jésus,
Tu offres ta vie par amour.
Et avant de mourir, tu nous donnes Marie, ta mère, pour qu'elle soit notre mère.

Prière : Jésus, fais que je sache, comme Marie, t'accompagner jusqu'au bout.

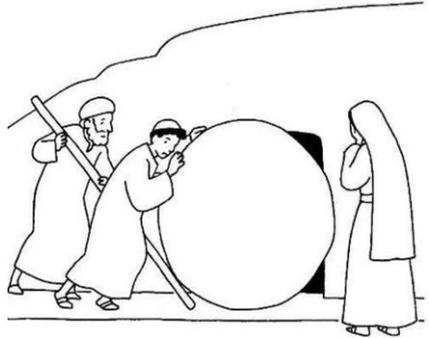
13 Jésus est détaché de sa croix



Jésus,
C'est fini, tu es mort.
Tes amis pleurent et ta mère a le cœur déchiré en recevant ton corps entre ses bras.

Prière : Jésus, désormais, chaque croix me redit ton immense amour.

14 Jésus est déposé au tombeau



Jésus,
Tes amis ont déposé ton corps dans un tombeau et ils ont roulé une pierre à l'entrée.
Ta mère est là : elle pleure et elle espère.
Elle a confiance en toi.

Prière : Jésus, apprends-moi à toujours garder confiance, comme elle.

COMPRENDRE L'EVANGILE

Jésus accepte de porter tous les péchés du monde pour nous libérer, pour nous sauver. En acceptant la volonté de son Père (mourir sur la croix), Jésus se donne en toute confiance à Dieu. Durant toute ta vie sur terre, Jésus a enseigné, guéri, ressuscité les morts. A travers tous ses miracles accomplis, Il nous apprend à aimer, comme Dieu nous aime.

Demandons au Saint-Esprit de nous guider, pour que nous puissions toujours prendre les bonnes décisions dans notre vie, pour suivre l'exemple de Jésus.

Mes notes personnelles :

Samedi Saint
Samedi 8 avril 2023

Le samedi Saint est une journée de silence et de prière. Aucune messe n'est célébrée dans les églises.

Voici une prière que tu peux réciter dans le silence de ton cœur :

Je fais silence, je pense à toi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi

Je veux t'écouter
Et tendre mes bras
En moi tout se tait
Pour être avec toi

Je fais silence, je pense à toi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi

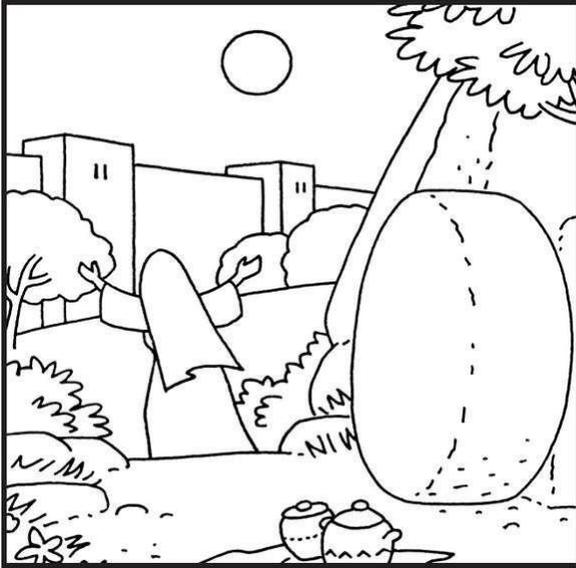
Je veux te parler
De tous mes amis
C'est comme un secret
Que je te confie

Je fais silence, je pense à toi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi

Je veux murmurer
Merci pour la vie
Tu nous l'as donnée
Comme elle grandit

Je fais silence, je pense à toi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi
Mon Dieu je t'aime, tu es en moi

Dimanche de Pâques
Dimanche 9 avril 2023



« Il fallait que Jésus ressuscite d'entre les morts ».

Au petit matin, le dimanche, Marie Madeleine retourne au tombeau de Jésus. Elle découvre la pierre, roulée sur le côté, et elle court annoncer la nouvelle aux disciples de Jésus qui le pleurent.

Simon-Pierre entre dans le tombeau et observe les lieux.

Le disciple que Jésus aimait entre à son tour, voit et croit : Jésus est

ressuscité !

COMPRENDRE LES MOTS DE L'EVANGILE

Tombeau : au temps de Jésus, lorsque quelqu'un mourrait, son corps était placé dans une petite grotte, fermée par une grosse pierre.

Simon-Pierre : c'est lui que Jésus envoie en mission pour construire l'Eglise que nous connaissons aujourd'hui. Simon-Pierre est donc le premier Pape.

Ressuscité : c'est la base de notre croyance chrétienne. Chaque dimanche à la messe, nous faisons mémoire de la mort et de la résurrection de Jésus.

Mes notes personnelles :



Jésus est vivant

