

# Pâques à la maison



« **Pâques à la maison** » est une proposition de méditation pour la Semaine sainte et le dimanche de Pâques à vivre à la maison. Nous vous proposons ce parcours pour vivre *Pâques à la maison*, seul ou en famille, du Jeudi saint au dimanche de Pâques.

- Le jeudi, nous nous souvenons et faisons nôtre la sortie d’Egypte racontée dans le livre de l’Exode et l’institution par Jésus-Christ de la cène lors du dernier repas avec ses disciples ;
- Le vendredi, nous nous souvenons et faisons nôtre la Passion et la mort de Jésus-Christ sur la croix ;
- Le samedi, nous nous souvenons et faisons nôtre le silence et le vide du tombeau mais aussi le mystère de la résurrection dont personne n’a été témoin ;
- Le dimanche, nous nous souvenons et faisons nôtre la joie et le trouble des premiers témoins du Ressuscité.

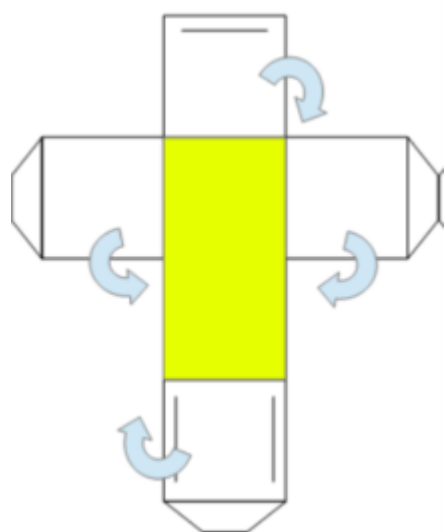
Pour nous accompagner dans ces différents temps, nous vous proposons de méditer avec pour support une croix (voir le modèle) qui prendra différentes formes au fil des jours et en suivant le récit de l’Evangile selon Matthieu (voir les textes).

Pour vivre chacun de ces temps, nous vous invitons à vous installer de manière à être disponible à la méditation et à la prière : en allumant si vous le souhaitez une bougie, en prenant une Bible ou l’annexe contenant les textes bibliques, la proposition du jour, la croix que vous aurez préparée à l’avance (la même chaque jour) et de quoi écrire, dessiner, coller... Vous pourrez tout à fait vivre les temps proposés en une fois, tel un temps de prière quotidien, ou en plusieurs moments dans votre journée.

Ces temps peuvent se vivre seul mais aussi en famille ou pourquoi pas avec d’autres : ils peuvent alors devenir l’occasion d’un échange, d’un partage.

# Pâques à la maison : Jeudi saint

*Dans la tradition juive c'est autour d'un repas que se vit la fête de la Pâque, permettant de revivre symboliquement les étapes de la libération du peuple et de sa sortie d'Egypte racontées dans le livre de l'Exode (chapitres 1 à 15). Ainsi, la proposition de méditation pour ce jour peut se vivre autour d'un repas. Dans tous les cas, nous vous invitons à disposer devant vous une corbeille de pain en plus des autres éléments indiqués en introduction.*



*Aujourd'hui, notre croix prendra la forme d'une table : pour cela, nous vous invitons à replier les parties indiquées ci-contre et à utiliser uniquement les deux « cases » indiquées en jaune. A la fin de ce temps de méditation, vous pourrez déplier les autres « cases » pour en faire les pieds de la table, prendre cette table en photo et nous l'envoyer pour la partager.*

> Lire **Matthieu 26,17-20**

Quelques jours après son entrée à Jérusalem, Jésus et les siens sont donc réunis autour d'une même table, pour vivre ensemble le repas de la Pâque. Ils se souviennent ce jour là que Dieu a libéré son peuple de l'esclavage et l'a fait sortir d'Egypte, avant de le conduire dans une longue marche à travers le désert jusqu'à la terre promise.

Aujourd'hui, c'est à notre tour de nous souvenir. De nous souvenir que Dieu n'a pas seulement libéré son peuple autrefois, mais qu'il est le Dieu qui nous fait au quotidien sortir de nos esclavages pour nous conduire vers la liberté. Quelle libération Dieu vient opérer en moi aujourd'hui ?

*Prière*

Béni sois-tu Dieu notre Père,  
Tu as entendu les cris de ton peuple et tu l'as délivré de l'esclavage,

Tu l'as conduit à travers le désert, tu l'as établi dans un pays où coulent le lait et le miel.

Béni sois-tu Dieu notre Père,

Tu nous invites ce soir à faire mémoire des passages que tu ouvres pour nous, de l'esclavage à la

liberté, de la peur à la confiance, de la mort à la vie.

Que par ton Esprit nous puissions faire ce chemin, que le souvenir de la libération de ton peuple

nous rende libres à notre tour.

Bénis sois-tu Dieu notre Père pour ton Fils, Jésus le Christ, notre Seigneur. Amen.

### *Invitation à la méditation*

Il y a toutes sortes d'esclavages. Il y a les chaînes qu'on nous met et dont nous sommes bien conscients qu'elles nous entravent. Il y a les esclavages dans lesquels nous nous complaisons, parce qu'ils prennent l'apparence de la douceur et du confort (comme le peuple qui, une fois sortie d'Égypte, regrette le temps où il avait de la viande à manger à chaque repas). Il y a les esclavages dont nous avons tellement l'habitude que nous n'imaginons même pas pouvoir vivre sans.

- *Est-ce qu'il y a des choses dont je me sens esclave aujourd'hui ?*
- *Est-ce que cette période de confinement me fait prendre conscience de certains esclavage dans ma manière de vivre ?*
- *Est-ce qu'il y a des esclavages dont j'aimerais réussir à me libérer ?*

*Vous pouvez partager ce que vous souhaitez de votre méditation sur la « table » formée par la croix (un mot, une prière, un dessin, une couleur...).*



> Lire **Matthieu 26,26-29**

Jésus le signifie à ses disciples ce soir-là : en lui, nous sommes libérés de tous nos esclavages. Il donne sa vie pour notre libération. Le pardon des péchés qui s'opère ici, en ce repas, inaugure cette liberté nouvelle : plus rien n'entrave la vie en Dieu, sous le signe de sa grâce et de sa paix. Il y a là par-don : don de la vie, par-delà toutes les errances, toutes les peurs, toutes les fatalités. Le pardon est force de libération de ces entraves. Si le passé n'est pas effacé, il ne conditionne en revanche plus ni le présent ni l'à-venir. S'ouvre un temps nouveau, celui de l'alliance renouée entre Dieu et l'être humain, temps de la liberté donnée et reçue. Nous voilà donc libérés, déjà, en ce soir du jeudi saint, en ce repas qui anticipe le royaume de Dieu. Ce royaume sera pleinement ouvert au matin du dimanche de Pâques, comme le sera le tombeau du ressuscité qui sera aussi le crucifié du vendredi.

*Vous pouvez maintenant manger un bout de pain comme signe de cette libération qui s'opère en vous à la table de Jésus et de ses disciples..*

> Lire **Matthieu 26,30-46**

*Prière*

*Nous vous invitons maintenant à prendre un temps de prière. Elle peut être silencieuse ou partagée en famille, au téléphone avec d'autres...*

*Pour vous aider, vous pouvez penser à ce que vous vivez depuis le début de ce confinement, ou plus généralement dans vos vies en ce moment, aux esclavages que vous avez notés sur la « table »... A partir de là, vous pouvez exprimer vos prières de la manière suivante :*

- > Merci pour...*
- > Donne moi la force de...*
- > Prends soin de...*

*Vous pouvez terminer ce temps de prière avec le Notre Père et un chant.*

> Lire **Matthieu 26,47-56**

## **Vendredi saint**

*Le Vendredi saint est marqué par la Passion de Jésus-Christ : sa condamnation et sa mort sur la croix.*

*Pour ce vendredi, notre « table » devient « croix ». Nous vous invitons à la déplier complètement et nous vous indiquerons au fur et à mesure sur quelle « case » partager ce que vous souhaitez de votre méditation (un mot, une prière, un dessin, une couleur...).*

*A la fin de cette méditation vous pourrez nous envoyer une photo de votre croix pour la partager.*

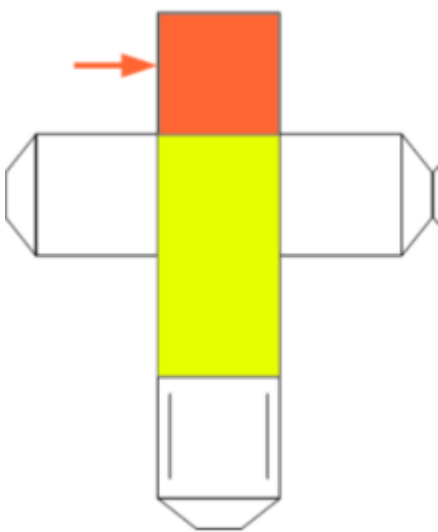
> Lire **Matthieu 26,57-27,5**

La Passion du Christ est pleine de trahisons : celle de Pierre qui avait pourtant juré fidélité, celle de Judas qui n'a pas su se le pardonner. De tant d'autres encore, plus silencieuses, plus discrètes. De la nôtre aussi, nous qui si souvent nous détournons de Dieu et de ce qu'il espère de nous.

Ces trahisons, celles que nous avons subies, celles dont nous sommes responsables, nous pouvons aujourd'hui les déposer sur la croix.

- *Quelles sont les trahisons qui me hantent, celles que j'ai subies,*
- *celles dont je suis responsable ?*
- *Quelles sont les trahisons qui parfois me font pleurer ou que j'ai du mal à pardonner, du mal à me pardonner ?*

*Je peux partager ce que je souhaite ici :*



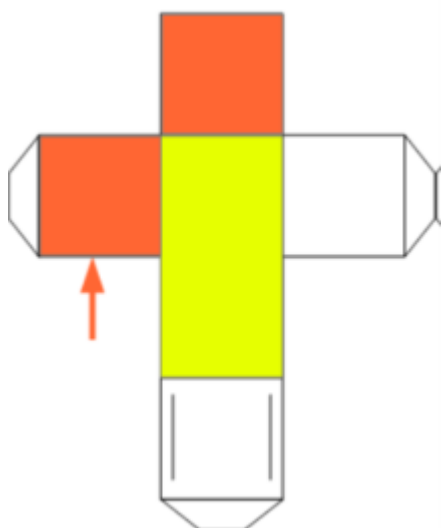
> Lire **Matthieu 27,11-26**

La Passion du Christ est pleine de haine, de méchanceté : celle de chefs religieux qui se sentent menacés dans leur autorité, celle d'une foule anonyme qui réclame la mort d'un homme. De la nôtre aussi, nous qui avons tant de mal à aimer et à pardonner, nous qui nous laissons parfois dominer par ces sentiments.

Ces méchancetés, ces haines dont nous sommes tantôt victime et tantôt coupable, nous pouvons aujourd'hui les déposer sur la croix.

- *Quand est-ce que je me suis senti(e) victime de la haine ou de la méchanceté d'un(e) autre ? Qu'est-ce que j'ai alors ressenti ?*
- *Quand est-ce que je me suis laissé(e) envahir par la haine ou la méchanceté à l'encontre de quelqu'un d'autre ? Qu'est-ce que j'ai alors ressenti ?*

*Je peux partager ce que je souhaite ici :*



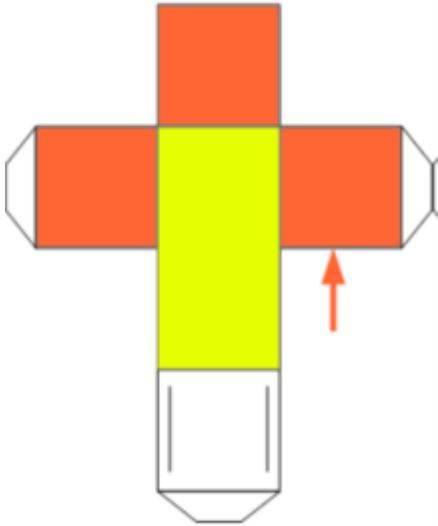
> Lire **Matthieu 27,27-44**

La Passion du Christ est pleine de souffrance, celle d'un homme moqué, torturé, privé de sa dignité. Des souffrances, nous en subissons tous, et parfois nous faisons souffrir même ceux que nous aimons. Elles n'ont pas les mêmes causes, elles ne se vivent pas de la même manière, mais personne ne peut prétendre qu'elles n'existent pas.

Ces souffrances, celles que nous ressentons et celles que nous provoquons, nous pouvons aujourd'hui les déposer sur la croix.

- *Qu'est-ce qui me fait mal en ce moment, de quoi est-ce que je souffre ?*
- *Est-ce que j'ai conscience d'avoir déjà fait souffrir quelqu'un d'autre ?*

*Je peux partager ce que je souhaite ici :*



> Lire **Matthieu 27,45-56**

La Passion du Christ est plein d'abandons. « Mon Dieu, mon Dieu pourquoi m'as-tu abandonné » se demande même Jésus au moment de mourir.

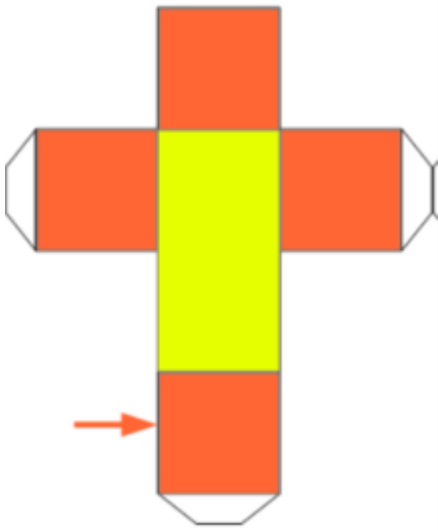
Combien de fois nous sentons-nous abandonnés nous aussi, quand justement nous aurions besoin d'être assurés de la présence de Dieu à nos cotés.

Combien de fois avons-nous l'impression que nos plus proches, nos amis, ceux en qui nous avons confiance, se détournent de nous quand nous aurions besoin d'eux.

Combien de fois abandonns-nous aussi ceux que nous aimons pourtant, parce que nous ne savons pas comment être présents pour eux et que nos gestes ou nos mots paraissent bien peu de choses.

- *Est-ce que j'ai déjà eu l'impression que Dieu m'avait abandonné ? A quel moment de ma vie ?*
- *Est-ce que je me suis déjà senti(e) abandonné(e) par d'autres ?*
- *Est-ce que je réalise que j'ai moi-même déjà abandonné quelqu'un à qui je tiens ?*

*Je peux partager ce que je souhaite ici :*



### *Prière*

*Nous vous invitons maintenant à prendre un temps de prière. Elle peut être silencieuse ou partagée en famille, au téléphone avec d'autres...*

*Nous vous proposons de prier tout particulièrement pour les personnes qui ont été trahies et celles qui trahissent ; pour les personnes qui sont victimes de la haine et de la méchanceté et celles qui sont remplies de haine et de méchanceté ; pour les personnes qui souffrent et celles qui font souffrir ; pour les personnes abandonnées et celles qui abandonnent.*

*Vous pouvez terminer ce temps de prière avec le Notre Père et un chant.*





# Samedi saint

Le Samedi saint est le temps du vide, le temps du rien. Les Ecritures ne nous en disent presque rien, et dans la tradition de l'Eglise c'est un temps de repli que nous vivons, entre la mort du Christ et la manifestation du Ressuscité.

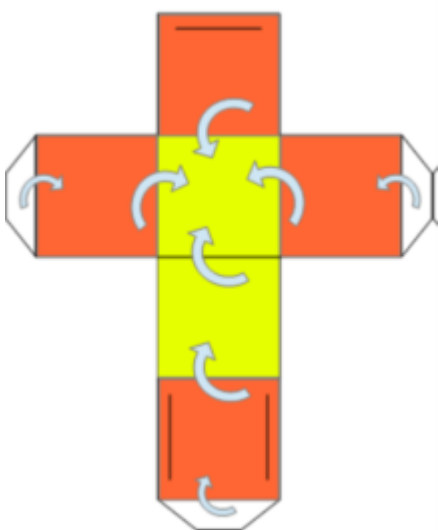
Et pourtant, beaucoup de choses se passent ce jour-là. Dans le silence du tombeau, dans l'intimité de la relation à Dieu, ce sabbat est jour de passage. Car en effet, personne n'a été témoin de la résurrection : c'est du Ressuscité que les disciples seront les témoins.

Le confinement que nous vivons actuellement nous oblige à ce temps de sabbat, temps de repos forcé, de retrait par rapport à nos occupations habituelles, temps de solitude et d'enfermement.

Mais le sabbat de ce jour est particulier, parce qu'en lui se vit le passage de la mort à la vie. En cela, ce jour nous rappelle particulièrement notre baptême : nous qui sommes morts avec le Christ, nous ressusciterons avec le Christ.

*Aussi ce matin, nous vous invitons à mettre symboliquement « au tombeau » les trahisons, haines, souffrances et abandons évoqués hier afin de laisser Dieu, dans l'intimité de la relation à lui et le mystère de cette journée, les transformer.*

> Lire **Matthieu 27,57-61**



*Replier la croix pour la transformer en « cube » symbolisant le*

*tombeau fermé. Maintenir le cube fermé en glissant les languettes dans les fentes.*

Hier, nous étions dans la mort.

Demain, nous célébrerons la vie.

Aujourd'hui, Dieu nous donne, dans l'intimité de la relation avec lui, de passer de la mort à la vie, des ténèbres à la lumière.

Pour certains, cette disponibilité à Dieu passe par la méditation et la prière, pour d'autres par la lecture ou l'écoute de la musique, pour d'autres par l'expression artistique...

Aujourd'hui, laissons simplement Dieu venir à nous et éclairer d'une lumière nouvelle ce que nous avons mis au tombeau.

Laissons simplement Dieu faire œuvre de transformation en nous, dans nos vies.

Laissons simplement Dieu être Dieu.

*En fin de journée, nous vous proposons d'allumer une bougie à une fenêtre ou sur un balcon, et à la laisser brûler là, signe de la confiance que nous avons en cette lumière qui habite toutes les nuits du monde. C'est aussi une manière de vivre de temps de Pâques en communion avec nos frères et sœurs de l'Eglise catholique qui sont aussi invités à faire de même ce soir.*

## **Dimanche de Pâques**

*Aujourd'hui est jour de joie : Dieu a vaincu la mort. Aussi, c'est dans la joie et la reconnaissance que nous voulons vivre cette journée et ce temps de méditation.*

*Pour partager la joie de cette journée, nous vous invitons à vous prendre en photo avec votre croix (ou simplement à prendre en photo votre croix si vous préférez) et à nous l'envoyer. Nous pourrions ainsi partager la joie de cette journée à travers le site internet et la page Facebook de la paroisse.*

> Lire **Matthieu 28,1-10**

Le Seigneur est ressuscité ! Il est vraiment ressuscité ! Alléluia !

Ce matin, le tombeau est ouvert. Jésus a traversé la mort. Il est vivant !

Aujourd'hui, Dieu fait dans nos vies et dans le monde toutes choses nouvelles.

Nos esclavages, nos trahisons, nos haines, nos souffrances et nos abandons sont traversés par la lumière de la vie.

Nous voilà transformés, réveillés de nos morts, relevés de nos chutes.

Dieu nous appelle sur le chemin où l'on s'éloigne de la mort pour se lancer en pleine vie !

Le Christ déclare : « **C'est moi qui suis la lumière du monde ; celui qui me suit ne marcher jamais dans les ténèbres, mais il aura la lumière de la vie** » (Jean 8,12).

*Nous vous proposons maintenant « d'ouvrir nos tombeaux » en dépliant le cube formé hier pour en refaire une croix. Puis de percer cette croix pour que la lumière la traverse (avec une aiguille ; avec une simple perforatrice ou une perforatrice avec de jolies formes si vous en avez une ; avec une paire de ciseaux...).*



Laissons la lumière de la vie traverser tout ce que nous avons déposé sur la croix, laissons Dieu faire dans nos vies et dans le monde toutes choses nouvelles.

*Prière*

*Nous vous invitons maintenant à prendre un temps de prière. Elle peut être silencieuse ou partagée en famille, au téléphone avec d'autres...*

*Nous vous proposons tout particulièrement aujourd'hui d'exprimer votre louange à Dieu et de lui rendre grâce pour cette lumière qui vient changer nos vies. Vous*

*pouvez par exemple exprimer vos prières de la manière suivante :*

*> Je te loue parce que tu es pour moi et pour le monde...*

*> Je te rends grâce parce que tu as fait pour moi et pour le monde...*

*Vous pouvez terminer ce temps de prière avec le Notre Père et un chant.*

Crédits : Marion Heyl et Emmanuel Rouanet (EPUdF) – Point KT