La messe, du début à la fin — feuille 1 sur 4

On entre · On arrive · Dieu nous parle

Théo te montre ce qu'on fait avec son corps. Léa te dit ce qu'on répond. Coche le rond le jour où tu as reconnu ce moment tout seul, à la messe.

La messe, c'est le Ciel qui descend · Alain Jean Pares
Tous les livres de l'auteur : livres.p997.net

1

J'ENTRE

Je trempe mes doigts dans l'eau bénite et je fais mon signe de croix : je suis baptisé. Je plie le genou vers la petite armoire dorée : Jésus est là. Puis je me tais. La messe n'a pas commencé, mais moi, je suis prêt.

Je dis, tout bas : « Je suis baptisé. »

Mon corps : je plie le genou, puis je m'assieds en silence.

2

On chante, et le prêtre entre

Tout le monde se lève. Regarde qui passe dans l'allée : parfois l'encensoir en tête, puis la croix entre deux cierges, le grand livre, et le prêtre en dernier. Arrivé en haut, le prêtre embrasse l'autel : c'est la table de Jésus.

Mon corps : debout.

3

Le grand signe de croix

Quand le chant est fini, le prêtre fait le signe de croix, et toute l'église avec lui, lentement, du front au cœur, puis de l'épaule gauche à l'épaule droite. Puis il nous salue.

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit. — **« Amen. »**

Le Seigneur soit avec vous (ou une phrase plus longue qui veut dire la même chose). — **« Et avec votre esprit. »**

Mon corps : debout.

4

On demande pardon

D'abord un petit silence : je pense à ce que j'ai fait de mal, cette semaine. Puis on le dit à Jésus, tous ensemble. Comme ça, on arrive le cœur propre.

Je dis, en répétant après le prêtre : « Seigneur, prends pitié. Ô Christ, prends pitié. Seigneur, prends pitié. » Puis : « **Amen.** »

Mon corps : debout.

5

Gloire à Dieu

C'est le chant des anges, la nuit de Noël. On ne le chante pas pendant l'Avent ni pendant le Carême : quand il revient, c'est la fête.

Je chante : « Gloire à Dieu, au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'il aime. »

Mon corps : debout.

6

La prière d'ouverture

Prions le Seigneur. Un silence : chacun prie dans son cœur. Puis le prêtre rassemble toutes nos prières en une seule.

Je dis : « Amen. » Ça veut dire : « oui, je suis d'accord ».

Mon corps : debout, puis assis.

7

La première lecture

Quelqu'un monte à l'ambon. Il lit une histoire très ancienne, presque toujours d'avant Jésus. On écoute assis : c'est Dieu qui nous parle.

Parole du Seigneur. — **« Nous rendons grâce à Dieu. »**

Mon corps : assis.

8

Le psaume

Une prière chantée, écrite bien avant Jésus. Lui aussi la chantait. Le chantre chante les couplets, et tout le monde reprend le refrain.

Je chante : le refrain, à chaque fois.

Mon corps : assis.

On arrive · Dieu nous parle · On apporte, Dieu transforme, on reçoit · On repart

suite sur la feuille 2 →

La messe, du début à la fin — feuille 2 sur 4

Dieu nous parle · On apporte, dieu transforme, on reçoit

Théo te montre ce qu'on fait avec son corps. Léa te dit ce qu'on répond. Coche le rond le jour où tu as reconnu ce moment tout seul, à la messe.

La messe, c'est le Ciel qui descend · Alain Jean Pares
Tous les livres de l'auteur : livres.p997.net

9

La deuxième lecture

Le dimanche, il y a une deuxième lecture : une lettre écrite aux premiers chrétiens, il y a presque deux mille ans. Elle est encore pour nous.

Parole du Seigneur. — **« Nous rendons grâce à Dieu. »**

Mon corps : assis.

10

Alléluia !

Tout le monde se lève d'un coup. On se lève parce que Jésus va parler. Pendant le Carême, on garde ce mot en réserve : on chante autre chose, par exemple « Gloire à toi, Seigneur ».

Je chante : « Alléluia ! »

Mon corps : debout.

11

L'Évangile : Jésus parle

Tout le monde se lève. Le prêtre porte le grand livre bien haut, parfois avec de l'encens.

Le Seigneur soit avec vous. — **« Et avec votre esprit. »**

Évangile de Jésus Christ selon saint (Matthieu, Marc, Luc ou Jean). — **« Gloire à toi, Seigneur. »**

À la fin : Acclamons la Parole de Dieu. — **« Louange à toi, Seigneur Jésus. »**

Mon corps : debout.

12

L'homélie

Le prêtre explique ce qu'on vient d'entendre. On s'assied. Quand il a fini, un silence : on laisse la Parole descendre. Le silence, ce n'est pas du vide. C'est de la place.

Je dis, dans mon cœur, une seule fois : « Jésus, je t'écoute. »

Mon corps : assis.

13

Je crois en Dieu

Tous debout, on dit ce qu'on croit, avec les mêmes mots que les chrétiens du monde entier. Au milieu, quand on dit que Jésus est né de la Vierge Marie, tout le monde s'incline.

Je dis : « Je crois en Dieu… » ou « Je crois en un seul Dieu… » : il y en a un court et un long.

Mon corps : debout, et je m'incline au milieu.

14

On prie pour les autres

Toujours dans le même ordre : pour l'Église, pour le monde, pour ceux qui souffrent, pour les gens d'ici. Après chaque prière, on répond tous la même phrase. Ajoute, dans ton cœur, quelqu'un que tu connais.

Je dis, par exemple : « Seigneur, écoute-nous, Seigneur, exauce-nous. »

Mon corps : debout.

15

On apporte le pain et le vin

On s'assied. Les servants préparent l'autel : un petit carré de tissu blanc, le livre, la coupe. Puis on apporte le pain et le vin. Parfois, des gens de l'assemblée les portent en procession ; souvent, ce sont les servants, depuis la petite table de côté. Seuls le pain et le vin montent sur l'autel.

Mon corps : assis.

16

La quête

Pendant ce temps, les paniers passent dans les rangs. C'est un cadeau, nous aussi : cet argent aide les pauvres et fait vivre l'église — le chauffage, les bougies, ceux qui y travaillent. Il ne monte pas sur l'autel : on le pose à côté.

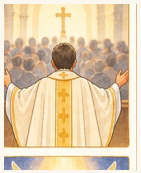
Mon corps : assis.

← suite de la feuille 1

On arrive · Dieu nous parle · On apporte, Dieu transforme, on reçoit · On repart

suite sur la feuille 3 →

17



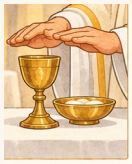
« Priez, frères et sœurs »

À ces mots, tout le monde se lève. Puis le prêtre prie sur le pain et le vin.

Je dis : « Que le Seigneur reçoive de vos mains ce sacrifice à la louange et à la gloire de son nom, pour notre bien et celui de toute l'Église. » Puis : « **Amen.** »

Mon corps : debout.

18



« Élevons notre cœur »

Le prêtre nous fait dire trois fois oui. Puis il dit merci à Dieu pour tout ce qu'il a fait, et il finit presque toujours en parlant des anges.

Le Seigneur soit avec vous. — **« Et avec votre esprit. »**

Élevons notre cœur. — **« Nous le tournons vers le Seigneur. »**

Rendons grâce au Seigneur notre Dieu. — **« Cela est juste et bon. »**

Mon corps : debout.

19

Saint ! Saint ! Saint !

Le chant des anges qu'Isaïe a entendu : on le chante **en même temps qu'eux**. Pas seulement comme eux : avec eux.

Je chante : « Saint ! Saint ! Saint, le Seigneur, Dieu de l'univers ! Le ciel et la terre sont remplis de ta gloire. Hosanna au plus haut des cieux ! »

Mon corps : debout.

20

LE GRAND MOMENT

Quand le prêtre étend les mains, tout le monde se met à genoux. Il se penche, et il dit les paroles de Jésus, le soir de son dernier repas. Lui seul peut les dire. Il lève l'hostie. Une clochette sonne. Puis il lève la coupe.

Ce n'est plus du pain, ce n'est plus du vin : c'est vraiment Jésus.

Je ne dis rien. Dans mon cœur : « Mon Seigneur et mon Dieu. »

Mon corps : à genoux, ou inclination très basse.

21

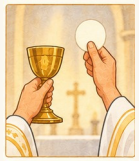
« Il est grand, le mystère de la foi »

Juste après, le prêtre nous invite, et toute l'église répond d'une seule voix. Puis il continue de prier : pour le pape, pour l'évêque, pour les vivants et pour les morts, avec Marie et tous les saints.

Je dis : « Nous annonçons ta mort, Seigneur Jésus, nous proclamons ta résurrection, nous attendons ta venue dans la gloire. »

Mon corps : à genoux, ou debout — regarde les grands.

22



Le grand Amen

Le prêtre lève ensemble l'hostie et la coupe, et toute l'église répond. C'est le plus grand « Amen » de la messe, souvent chanté.

Par lui, avec lui et en lui… pour les siècles des siècles. — **Je dis, fort : « Amen ! »**

Mon corps : à genoux ou debout, comme juste avant.

23

Notre Père

Debout, tous ensemble : la prière que Jésus lui-même a apprise à ses amis. Le prêtre la continue seul un moment, puis on termine ensemble.

Je dis : « Notre Père, qui es aux cieux… » et, à la fin : « Car c'est à toi qu'appartiennent le règne, la puissance et la gloire, pour les siècles des siècles. »

Mon corps : debout.

24

La paix

On donne la paix de Jésus à ses voisins : une main tendue, un regard. Même à celui avec qui on s'est disputé. On ne quitte pas sa place.

Que la paix du Seigneur soit toujours avec vous. — **« Et avec votre esprit. »**

Puis, à mon voisin : **« La paix du Christ. »**

Mon corps : debout.

← suite de la feuille 2

On arrive · Dieu nous parle · **On apporte, Dieu transforme, on reçoit** · On repart

suite sur la feuille 4 →

La messe, du début à la fin — feuille 4 sur 4

On apporte, dieu transforme, on reçoit · On repart

Théo te montre ce qu'on fait avec son corps. Léa te dit ce qu'on répond. Coche le rond le jour où tu as reconnu ce moment tout seul, à la messe.

25

Le pain rompu, l'Agneau de Dieu

Le prêtre rompt le pain, comme Jésus. Il casse la grande hostie en deux. Pendant ce temps, on chante l'*Agneau de Dieu*. Pourquoi un agneau ? Parce que Jean-Baptiste, en voyant Jésus arriver, a dit : « Voici l'Agneau de Dieu. »

Je chante : « Agneau de Dieu, qui enlèves les péchés du monde, prends pitié de nous » — deux fois, puis « … donne-nous la paix. »

Mon corps : debout.

26

« Heureux les invités »

Le prêtre nous invite au repas de Jésus, comme à une fête de mariage. Il montre l'hostie au-dessus de la coupe. Et nous répondons comme le soldat de l'Évangile, qui disait à Jésus : je ne le mérite pas, mais toi, tu peux guérir.

Je dis : « Seigneur, je ne suis pas digne de te recevoir ; mais dis seulement une parole, et je serai guéri. »

Mon corps : debout, ou à genoux selon ta paroisse.

27

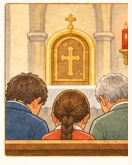
La communion

Ceux qui ont fait leur première communion reçoivent Jésus. Les autres s'avancent aussi, bras croisés sur la poitrine, et le prêtre les bénit. Tout le monde avance en file, en chantant. Un jour, ce sera ton tour : c'est comme un cadeau qu'on attend.

Le Corps du Christ. — Celui qui communie répond : **« Amen. »**

Mon corps : debout, en file.

28



Le silence

Jésus vient d'arriver : on lui parle dans son cœur. Tout le monde est revenu à sa place, le chant s'arrête : c'est souvent le plus long silence de la messe. Puis le prêtre dit une dernière prière.

Je dis : « Amen. »

Mon corps : assis ou à genoux. Debout pour la dernière prière.

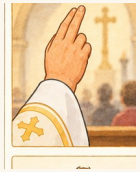
29

Les annonces

S'il y en a : ce qui se passe cette semaine dans la paroisse. C'est court, et c'est ici, jamais au milieu de la messe.

Mon corps : assis.

30



La bénédiction

Le prêtre trace une croix sur nous. J'incline la tête, et je fais mon grand signe de croix.

Le Seigneur soit avec vous. — **« Et avec votre esprit. »**

Que Dieu tout-puissant vous bénisse, le Père, et le Fils, et le Saint-Esprit. — **« Amen. »**

Mon corps : debout, tête inclinée.

31

L'envoi

Une phrase toute courte. Ça ne veut pas dire « c'est fini ». Ça veut dire : « maintenant, allez-y. » Le prêtre embrasse l'autel une dernière fois, et sort. Souvent, on chante. Dehors, la mission commence : une chose bonne pour quelqu'un, avant même d'être rentré à la maison.

Allez, dans la paix du Christ. — **« Nous rendons grâce à Dieu. »**

Mon corps : debout. En partant, je plie encore le genou.

Comment ça marche

Théo te montre ce qu'on fait avec son corps.

Léa te dit ce qu'on répond à voix haute.

Le rond doré : coche-le le jour où tu as reconnu ce moment tout seul, à la messe. Pas tous le même dimanche : c'est fait pour durer une année.

Sur les dessins, le prêtre est en **vert** : c'est un dimanche ordinaire. Les jours de fête, ses habits changent de couleur.

Ce chemin, emporte-le à la messe !

Sur le banc, suis les 31 étapes du bout du doigt et coche chaque moment que tu reconnais.

Un petit livret gratuit, à imprimer chez soi : 3 feuilles A4 à plier.

← suite de la feuille 3

On arrive · Dieu nous parle · On apporte, Dieu transforme, on reçoit · On repart