

L'Instant-Caté en Famille



En chemin vers Pâques

Ce nouvel Instant Caté en Famille va nous aider à cheminer jusqu'à Pâques en famille.

C'est une période où nous prenons notre temps.

Le mercredi des Cendres (17 février 2021) marque l'entrée en Carême.

Le dimanche des Rameaux (28 mars 2021), c'est l'entrée de Jésus à Jérusalem.

La semaine Sainte :

Jeudi Saint (1 avril 2021), c'est le dernier repas de Jésus.

Vendredi Saint (2 avril 2021), c'est la mort de Jésus sur la croix.

Samedi Saint (3 avril 2021), c'est la Veillée Pascale.

Dimanche de Pâques (4 avril 2021), c'est la résurrection de Jésus.

Le Carême



Nous sommes en route vers une grande fête : Pâques.

Il nous faut 40 jours pour y arriver, nous avons le temps de nous préparer : c'est un temps d'entraînement. L'Eglise appelle ce temps de 40 jours le Carême. La couleur violette nous rappelle que c'est aussi un temps de pénitence, un temps de conversion, c'est-à-dire un temps pour changer de direction...pour tourner nos vies vers Dieu. (« Promesse de Dieu » livret « Dieu marche avec nous »).



→ C'est quoi le Carême ?

<https://www.theobule.org/video/mais-au-fait-c-est-quoi-le-careme/573>

Documents à suivre du Magnificat Junior n°162



ZOOM SUR...

Le Carême et les bonnes résolutions !

Qu'est-ce que c'est ?

Le Carême est la période durant laquelle les chrétiens se préparent à la Semaine sainte, qui célèbre les derniers jours de Jésus avant sa mort et sa résurrection : son entrée triomphale à Jérusalem, son dernier repas avec ses disciples, son arrestation, sa mise en croix et sa résurrection. C'est une semaine dense que l'on ne peut pas aborder à la légère ! Le temps préparatoire du Carême nous aide à la vivre avec Jésus. Il dure quarante jours, du mercredi des Cendres jusqu'à la nuit de Pâques.

Pourquoi quarante jours ?

Les Évangiles rapportent que Jésus, avant de commencer la mission que lui avait confiée son Père, a passé quarante jours seul dans le désert. Là-bas, on mange peu, on vit dans le dépouillement, mais le silence et la grandeur des paysages aident à prier, à se concentrer sur l'essentiel.

Ce chiffre rappelle aussi les quarante ans que le peuple d'Israël a passés dans



Le sais-tu ?

Le mot **Carême** vient du latin *quadragesima* qui signifie « quarantième ». Pâques arrive après les quarante jours du Carême.

le désert après avoir fui l'Égypte avec Moïse. Ces années d'inconfort ont appris au peuple à faire confiance au Seigneur. C'est dans la durée et parfois les épreuves que l'on se rend le mieux compte de la force de notre foi.

Comme dans le désert

Il serait difficile pour les chrétiens d'interrompre leur vie quotidienne pour passer quarante jours dans le désert. Mais c'est le principe du Carême : nous sommes invités à vivre moins confortablement que d'habitude. Manger moins, partager plus, nous déranger pour les autres, purifier notre cœur, prier davantage... Les « efforts de Carême » nous rapprochent de Jésus et de Dieu le Père. Ils nous rappellent la promesse du Seigneur :

*« Heureux les pauvres de cœur,
le royaume des Cieux est à eux ! »*

Quels efforts de Carême puis-je faire ?

Tu peux par exemple :

- Faire attention à ta prière, pour la rendre plus belle et plus régulière. Et si tu commençais par installer un beau coin prière dans ta chambre ?
- Jouer un peu moins aux jeux vidéo pour profiter de tes amis ou de ta famille.
- Partager ton temps en aidant à préparer la messe ou en t'engageant (chorale, groupe de musique, aide aux malades, équipe liturgique, etc.). Pourquoi ne pas aller discuter un peu avec ce camarade de classe qui reste toujours à l'écart ?

As-tu remarqué ?

Il y a un mot qu'on ne prononce pas à la messe pendant le Carême, jusqu'au moment où il éclate comme un chant de joie dans la nuit de Pâques. C'est :

« Alléluia ! »

À la place, on utilise d'autres formules. Parcours ton livret de messe et essaie de repérer ces différentes formules !

On ne chante pas non plus le *Gloria*.



Le sais-tu ?

L'Église propose aux grandes personnes de jeûner le mercredi des Cendres et le Vendredi saint, et de ne pas manger de viande les vendredis de Carême. Toi aussi tu peux t'associer à ses efforts.



→ Le savez-vous ?

- **C'est quoi faire l'aumône ?** : c'est partager ! Pendant 40 jours, Jésus nous invite à vivre ce partage pour témoigner de l'amour de Dieu pour tous les hommes. Pendant le Carême, nous essayons de partager davantage avec les autres un repas, un jeu, un moment, de l'argent...
- **C'est quoi prier ?** : c'est parler à Dieu, lui confier tout ce qui habite nos cœurs : nos joies, nos peines. Pendant le Carême, nous prenons davantage le temps du rendez-vous avec Dieu dans la prière. C'est lui dire : « je t'aime ! ».
- **C'est quoi jeûner ?** : c'est expérimenter le manque qui ouvre à la faim de Dieu. C'est se priver de quelque chose : de quelques bonbons, de quelques méchancetés, de quelques paresseuses... C'est se priver de quelque chose pour donner plus à Dieu et aux autres. Nous cherchons à vivre plus simplement. (« Promesses de Dieu » : livret « Dieu marche avec nous »)



Eh les parents ! On va plus loin ?

Vidéo de «Croire » :

https://youtu.be/7ICJhIj5t_Q

Le mercredi des Cendres



Le mercredi des Cendres marque le début du Carême. Nous allons marcher durant quarante jours vers Pâques en essayant de suivre les conseils que Jésus nous donne aujourd'hui pour vivre en amitié avec Dieu ! (Magnificat Junior n°162)

Ce jour-là, à la messe, le prêtre trace une croix de cendres sur ton front et dit : « Convertissez-vous et croyez à l'Evangile » ou « souviens-toi que tu es poussière, et que tu retourneras en poussière. »

Les cendres proviennent des rameaux bénis de l'année précédente qui ont été brûlés pour l'occasion.

Cette coutume de se couvrir la tête de cendres remonte au peuple hébreu. C'est un temps de pénitence, de conversion. Le Carême c'est un temps pour demander pardon et un temps pour se tourner vers Dieu. (Magnificat Junior n° 154)

♫ ♫ Je chante le Seigneur

Prendre du temps pour Dieu

Chanté par Patrick Richard – Promesse de Dieu

https://www.youtube.com/watch?v=JpThjHdFHSc&list=RDJpThjHdFHSc&start_radio=1&t=9

Paroles :

Refrain :

Prendre du temps pour Dieu
Tout simplement pour l'accueillir
S'asseoir aux pieds de Dieu, écouter sa Parole
Bis

Couplet 1

Prendre le temps à Béthanie, en compagnie de Marthe et de Marie,
L'une s'active et l'autre pas,
Se demander, et dire pourquoi : quel est le mieux pour moi ?

Couplet 2

Etre soi-même, juste un instant, se libérer de nos « chemins faisant »,
Quand tout s'agite autour de nous, s'asseoir, et pour tenir debout,
S'offrir un rendez-vous.

Couplet 3

Prendre son temps, pour s'arrêter, prendre son temps, se mettre à écouter
Cette Parole qui nourrit, qui te console et te grandit
Dieu au cœur de ta vie.

J'écoute la Parole de Dieu

Evangile de Matthieu, chapitre 6, versets 5 à 8

En ce temps-là,
Jésus disait à ses disciples :
« Ce que vous faites pour devenir des justes,
évittez 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.

<https://www.theobule.org/video/mercredi-des-cendres/533>

Je réfléchis sur le message que Dieu me donne

Dans ce texte, Jésus donne des conseils pour vivre en amitié avec Dieu, « comme des justes ». Il prend trois exemples pour inviter chacun à porter une attention particulière à ses gestes et à ses paroles. Il y a mille façons de donner, y compris dans le secret de son cœur, sans que tout le monde le sache.

On peut faire des efforts pour partager ou donner du temps pour vivre une relation d'amitié avec Dieu et avec les autres. (Magnificat Junior n°162)



Eh les parents ! On va plus loin ?

Ci-dessous, vidéo avec lecture de l'Evangile, suivie d'un commentaire.

[25 FEVRIER 04 Matthieu 6, 1-6.16-18 Marie-Noelle - YouTube](#)



✂ Je réalise une activité

En ce début de Carême, tu peux préparer, si tu n'en as pas, un coin prière avec tes parents.

Fabrique une croix et mets-la bien en évidence dans cet espace.



<http://www.idees-cate.com/bricolages/croix.html>

Durant ce temps de Carême, tu peux réaliser un jardin de Pâques qui évoluera pendant ces 40 jours.



Voici une explication pour faire ce jardin. Avec tes parents, tu peux trouver d'autres propositions sur internet.

<https://catechese.cathocambrai.com/page-23208-jardin-paques-faire-famille-mesure-careme.html>

🕯 Je prie le Seigneur

[Chant - LE Carême - YouTube](#) (cliquer ici pour ouvrir la vidéo)

(du livret « Dieu fait pour nous des Merveilles »)

Paroles :

Refrain

Dis-moi Jésus, comment vivre le Carême ?
Dis-moi, dis-moi comment faire pour aimer ?
Dis-moi Jésus, comment vivre le Carême ?
Dis-moi, dis-moi, ce que je peux partager.

Couplet 1

Un peu de temps, dans ma journée.
Faire une pause, pour te parler.
Prendre une bougie et l'allumer.
Fermer les yeux pour t'écouter.

Couplet 2

Tous les bonbons que j'ai gardés
Dans un tiroir, là, bien cachés,
Je vais pouvoir tous les donner.
Ça donne d'la joie d'les partager.

Couplet 3

S'il y a quelqu'un qui est tombé,
Je l'aiderai à se relever.
Si un copain est en train d'pleurer,
J'irai tout d'suite le consoler.

Prières

Voici venu le temps du Carême
C'est le temps où Dieu t'appelle !
Lève-toi et mets-toi en route : marche avec
Jésus
Jusqu'à la lumière de Pâques !

Aurai-je la force de bousculer mes
habitudes,
De prendre du temps pour la prière,
De me laisser déranger pour rendre
service?

Aurai-je l'envie de partager, de consoler
celui qui pleure
Et de pardonner sans calcul ?

Aurai-je le goût d'ouvrir mon cœur
Pour déployer mes trésors et faire chanter
ma vie
Et celle de tous ceux que j'aime tant ?

Voici venu le temps du Carême,
C'est le temps où Dieu t'appelle !
Lève-toi et mets-toi en route : marche avec
Jésus
Jusqu'à la lumière de Pâques !



J'ai tout reçu de Toi,
O Seigneur!
La lumière qui illumine,
Le feu qui réchauffe,
L'eau qui fait vivre,
Le pain qui permet de grandir,
Et la vie... La merveilleuse vie!

Aujourd'hui, je regarde cette vie...
A qui ai-je proposé la lumière confiée?
A qui ai-je apporté le feu qui réchauffe?
Qu'ai-je fait du pain à partager?
Ai-je laissé couler l'eau qui redonne vie?

.....
Aujourd'hui, je me sens cendre.

.....
Aide-moi, Seigneur,
A faire de cette cendre une terre fertile.

Glem

Attends-moi, Seigneur: j'arrive!
Attends-moi, Seigneur: je m'habille!

Mes yeux, je les habille de bonté
Pour regarder tous les gens avec amitié.

Mes mains, je les habille de paix
Pour donner du pardon sans compter.

Mes lèvres, je les habille de rire
Pour offrir la joie au long des jours.

Mon corps et mon cœur, je les habille de
prière
Pour me tourner vers toi, Seigneur que
j'aime.

Ca y est: je suis prêt. C'est moi!
Me reconnais-tu?
J'ai mis mes plus beaux habits!

C.Singer

Défi

Pour t'aider à vivre le Carême, tu trouveras, ci-après, un chemin de Carême.

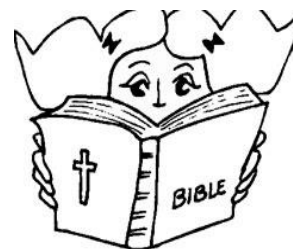
Chaque jour, colorie des pierres à chaque fois que tu fais l'aumône, que tu pries et que tu jeûnes.

Exemples :

Aumône : en famille, partager de bons moments, téléphoner aux papis/mamies éloignés, rendre service, jouer avec mes frères et sœurs, etc...

Prière : Parler à Jésus, prendre un moment pour réciter une prière, écouter le chant « le Carême », lire un passage de ma bible illustrée, etc...

Jeûne : se priver de télévision, de jeux vidéos, de bonbons, de gros mots, de bagarre, de mensonges, etc...





En attendant notre prochain Instant Caté Famille (pour le dimanche des Rameaux), voici quelques propositions pour avancer durant ces quelques semaines :

. Propositions du Service Diocésain de Catéchèse pour les plus petits (éveil à la foi) :



Livret En Chemin vers Pâques 2021 SDCC.pdf

[cliquer pour ouvrir les documents](#)



Dessin LE PETIT ANE DES RAMEAUX SDCC.pdf



petit-ane-de-bethanie-conte-des-rameaux.pdf

. Si vous voulez découvrir le site : <https://www.theobule.org/>

<https://www.aularge.eu/blog/dimanches/> pour vous parents, pour approfondir la Parole de Dieu avec le Père François Bessonnet, prêtre du diocèse de Luçon.

<https://jesus.catholique.fr/> comme son nom l'indique, ce site est centré sur Jésus. Il aborde tout une série de questions, présente des œuvres d'art, propose des vidéos, des prières et des témoignages.

Bon Carême !



Proposition faite par le Doyenné des Herbiers – élaborée par les Laïcs en Mission Ecclésiale en Catéchèse.

Marie-Dominique Gay mariedominique.gay@diocese85.org

Nathalie Piveteau nathalie.piveteau@diocese85.org

Jean-François Favreau jeanfrancois.favreau@diocese85.org