

Un repas familial ritualisé pour
Célébrer Pâques
à la maison



Une production de l'Office de catéchèse du Québec

Depuis plusieurs semaines, notre quotidien et notre vie de foi sont bouleversés par la pandémie du coronavirus. Pour nous soutenir mentalement et spirituellement, de nombreuses propositions virtuelles sont offertes; dans cette situation, deux défis nous sont lancés :

- Ne pas se laisser submerger par le monde numérique. Télétravail, école à distance, yoga et gym en ligne, concerts et vidéos diffusés sur le web : plus que jamais nous sommes rivés à nos écrans. La santé de notre vie spirituelle doit-elle dépendre de solutions surtout numériques?
- Faire Église autrement. Nous avons développé des relations et des réseaux en lien avec notre vie spirituelle. La situation actuelle nous amène à trouver de nouvelles manières de les vivre et à les ouvrir sur d'autres solidarités, notamment avec des personnes plus fragilisées.

Quelque chose d'invisible a bouleversé nos vies. Un virus, bien sûr! Mais aussi la peur. Cette peur nous renferme dans nos maisons, elle nous confronte à l'insécurité ou à l'angoisse devant un avenir plus que jamais incertain. Tout d'un coup, nous sommes un peu comme les disciples de Jésus, après sa mort. Ils avaient peur d'être associés à lui ou de finir comme lui. Même après sa résurrection, les disciples ont d'abord eu peur de répandre la nouvelle, avant d'être poussés par l'Esprit saint à sortir de leur refuge.

Dans ce contexte, le sens de la fête de Pâques résonne d'une manière inédite. Le mot «Pâques» vient du mot hébreu *pessah* qui veut dire passage, traversée. Les Juifs célèbrent chaque année la Pâque juive, en mémoire de la sortie d'Égypte du peuple hébreu, que le Seigneur a libéré de l'esclavage et conduit à une terre nouvelle. Pour les chrétiens, la fête de Pâques fait mémoire de cette alliance avec le peuple juif, renouvelée et élargie à des dimensions universelles par le passage de la mort à la résurrection de Jésus Christ.

Dans les semaines et les années suivant la résurrection de Jésus, ses disciples et les premières petites communautés de croyants se réunissaient dans leurs maisons pour faire mémoire de lui, avant et après leurs sorties en mission. En ce temps de pandémie, confinés dans nos maisons, nous avons une belle occasion de célébrer Pâques à la manière des premières communautés chrétiennes, formant de petites églises domestiques!

Nous vous proposons de vivre un rituel pascal autour d'un repas familial. Vous pouvez le vivre le jour de Pâques ou la veille, le samedi soir. Ce rituel n'est pas une messe, mais plutôt une célébration de la Parole se déployant au cours d'un repas de quatre services, où alternent des textes de la Bible, des chants, des prières et des moments d'échange.





Dans les pages suivantes, vous trouverez :

PRÉPARATIFS ET MATÉRIEL À PRÉVOIR	4
DÉROULEMENT DU REPAS	5
ANNEXE 1 : DEUX SUGGESTIONS POUR ACCOMPAGNER LE RÉCIT DE LA CRÉATION	17
ANNEXE 2 : RECETTE DU HAROSSET	18
ANNEXE 3 : FILMS OU FILMS D'ANIMATION SUR LA LIBÉRATION DU PEUPLE HÉBREU	18
ANNEXE 4 : SUGGESTIONS DE CHANTS POUR CHAQUE PARTIE DU REPAS	19
ANNEXE 5 : RÉCIT DE LA MORT DE JÉSUS DANS L'ÉVANGILE DE LUC	20
ANNEXE 6 : AUTRES ACTIVITÉS SUGGÉRÉES EN PROLONGEMENT OU EN COMPLÉMENT DE CE REPAS PASCAL	21
ANNEXE 7 : TÉMOIGNAGE « ADÉLIA, FEMME PASCALE »	24

Une production de l'Office de catéchèse du Québec © 2020

Équipe de rédaction

Claude Dayez
Suzanne Desrochers
Sabrina Di Matteo
Alain Roy

Design et infographie

Josée Richard

Illustrations © Deposit photos

Sauf pour les images :

Harosset : site web

Pain pita : site web d'IGA

Chemin de table : Claude Dayez



Note : Selon votre situation familiale, et en fonction des ressources que vous avez sous la main, voici quelques suggestions pour mettre à contribution chaque membre de la famille dans la préparation et l'animation de ce repas de Pâques. En examinant ensemble le déroulement des pages suivantes, n'hésitez pas à discuter en famille des choix à faire parmi les différentes suggestions ci-dessous, et à vous répartir les tâches de préparation et d'animation, selon les talents et les intérêts de chacun.e.

Menu suggéré

1^{er} service

Merci pour la Création!

- Salade ou plateau de fruits frais

2^e service

Le Seigneur libère son peuple!

- Salade de roquette ou de laitue un peu amère (ex : endives, chicorée)
- Compote de pommes ou de fruits séchés (*harosset* : cf. recette suggérée, **Annexe 2**)

- Pains pita ou autre pain plat

3^e service

La parole du Seigneur réalise ses promesses!

- Plat principal au choix de la famille

4^e service

Avec Jésus, passer de la mort à une vie nouvelle!

- Dessert chocolaté, au choix de la famille

Préparatifs et matériel à prévoir

Pour le 1^{er} service

- Réaliser un chemin de table ou des cartes à gratter illustrant le récit de la création (cf. **Annexe 1**).

Pour le 2^e service

- Préparer la compote de pommes ou de fruits séchés : *harosset* (cf. **Annexe 2**).
- Préparer un mime ou une saynète du récit de Moïse et la traversée de la Mer.
- Préparer un montage d'extraits de films sur la libération du peuple hébreu (cf. **Annexe 3**).

Pour le 3^e service

- Préparer des petits pots de terre, ainsi que des graines OU des petits cartons, pour le geste optionnel qui suit la prière.

Pour le 4^e service

- Rassembler les photos de baptême de chaque membre de la famille et les mettre en valeur dans la salle à manger.

Matériel à placer sur la table

- Belle nappe et couverts pour chacun des convives : assiettes, ustensiles, verres, etc.
- 7 petites bougies ou lampions (si possible) et 1 plus gros cierge (ou chandelle), briquet ou allumettes.
- Petite cruche remplie d'eau et bol pour y verser l'eau.



Déroulement du repas

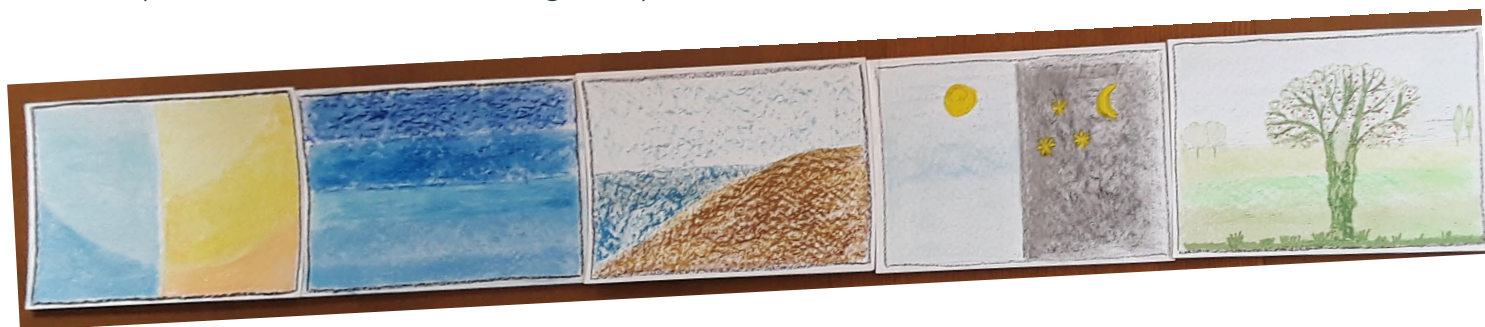


1^{er} Service : *Merci pour la Création!*

Note : Dans les préparatifs de ce repas (cf. page précédente), vous pouvez insérer les suggestions retenues par votre famille dans la démarche ci-dessous, en remplacement ou en plus des éléments suggérés pour le déroulement de chacun des services du repas. Prenez le temps de vous répartir les tâches de préparation et d'animation, chacun.e selon ses intérêts et capacités.

Au milieu de la table, on aura déposé le chemin de table ou les cartes à gratter (cf. **Annexe I**), s'il y a lieu. La salade ou le plateau de fruits frais est placé au centre. Autant que possible, on réduit au minimum l'éclairage, en ce début de repas.

Le récit biblique de la Création (cf. pages suivantes) est raconté par un ou quelques membres de la famille, accompagné, s'il y a lieu des éléments visuels choisis (chemin de table ou cartes à gratter).



- Pour chaque jour du récit, une personne allume une petite bougie (ou lampion; 7 au total); si on manque de bougies ou de lampions, on peut simplement allumer une petite bougie à la fin du 1^{er} jour.
- À la fin de chaque jour du récit, on peut dire ensemble (Tous) :
« Et Dieu vit que cela était bon! »



Récit de la Création

Au commencement, Dieu créa le ciel et la terre. La terre était informe et vide, les ténèbres étaient au-dessus de l'abîme et le souffle de Dieu planait au-dessus des eaux. Dieu dit: «Que la lumière soit.» Et la lumière fut. Dieu vit que la lumière était bonne, et Dieu sépara la lumière des ténèbres. Dieu appela la lumière «jour», il appela les ténèbres «nuit». Il y eut un soir, il y eut un matin: premier jour.

Tous: Et Dieu vit que cela était bon!

Et Dieu dit: «Qu'il y ait un firmament au milieu des eaux, et qu'il sépare les eaux.» Dieu fit le firmament, il sépara les eaux qui sont au-dessous du firmament et les eaux qui sont au-dessus. Et ce fut ainsi. Dieu appela le firmament «ciel». Il y eut un soir, il y eut un matin: deuxième jour.

Tous: Et Dieu vit que cela était bon!

Et Dieu dit: «Les eaux qui sont au-dessous du ciel, qu'elles se rassemblent en un seul lieu, et que paraisse la terre ferme.» Et ce fut ainsi. Dieu appela la terre ferme «terre», et il appela la masse des eaux «mer». Et Dieu vit que cela était bon. Dieu dit: «Que la terre produise l'herbe, la plante qui porte sa semence, et que, sur la terre, l'arbre à fruit donne, selon son espèce, le fruit qui porte sa semence.» Et ce fut ainsi. Et Dieu vit que cela était bon. Il y eut un soir, il y eut un matin: troisième jour.

Tous: Et Dieu vit que cela était bon!

Et Dieu dit: «Qu'il y ait des luminaires au firmament du ciel, pour séparer le jour de la nuit et pour éclairer la terre.» Et ce fut ainsi. Dieu fit les deux grands luminaires: le plus grand pour commander au jour, le plus petit pour commander à la nuit; il fit aussi les étoiles. Et Dieu vit que cela était bon. Il y eut un soir, il y eut un matin: quatrième jour.

Tous: Et Dieu vit que cela était bon!



Et Dieu dit: «Que les eaux foisonnent d'une profusion d'êtres vivants, et que les oiseaux volent au-dessus de la terre, sous le firmament du ciel.» Dieu créa, selon leur espèce, tous les êtres vivants qui vont et viennent et foisonnent dans les eaux, et aussi, selon leur espèce, tous les oiseaux qui volent. Et Dieu vit que cela était bon. Dieu les bénit par ces paroles: «Soyez féconds et multipliez-vous, remplissez les mers, que les oiseaux se multiplient sur la terre.» Il y eut un soir, il y eut un matin: cinquième jour.

Tous: Et Dieu vit que cela était bon!

Et Dieu dit: «Que la terre produise des êtres vivants selon leur espèce, bestiaux, bestioles et bêtes sauvages selon leur espèce.» Et ce fut ainsi. Dieu dit: «Faisons l'homme à notre image, selon notre ressemblance. Dieu créa l'homme à son image, à l'image de Dieu il le créa, il les créa homme et femme. Dieu les bénit et leur dit: «Soyez féconds et multipliez-vous, remplissez la terre et prenez-en soin.» Et ce fut ainsi. Et Dieu vit tout ce qu'il avait fait; et voici: cela était très bon. Il y eut un soir, il y eut un matin: sixième jour.

Tous: Et Dieu vit que cela était bon!

Le septième jour, Dieu avait achevé l'œuvre qu'il avait faite. Il se reposa, le septième jour, de toute l'œuvre qu'il avait faite. Et Dieu bénit le septième jour: il le sanctifia puisque, ce jour-là, il se reposa de toute l'œuvre de création qu'il avait faite.

Tous: Et Dieu vit que cela était bon!



Réflexion et échange

En mangeant la salade de fruits (ou les fruits), on échange autour des questions suivantes :

- *En contemplant la Création, qu'est-ce que nous avons le goût de dire à Dieu?*
- *Qu'est-ce que nous pourrions faire pour prendre soin de la Création que Dieu nous a confiée?*

Chant : selon le choix de la famille pour cette partie (cf. **Annexe 4**).



Prière de conclusion (lue par un.e. membre de la famille)

Quand les Juifs prient, ils commencent toujours par louer le Seigneur, par lui dire ce qu'ils trouvent beau et bon dans ce qu'il est et ce qu'il fait. Ils bénissent le Seigneur et le remercie avant de lui demander quoi que ce soit. C'est ce que nous ferons maintenant.

Bénis sois-tu, Seigneur pour la Création. C'est ton premier sourire. Elle est la « maison commune » de toute l'humanité, comme le dit notre pape François. Merci pour ce monde immense et splendide, grandiose et mystérieux. Garde-nous attentifs à le préserver pour que tes enfants à venir y trouvent ta signature. Nous te le demandons par Jésus le Christ notre Seigneur. Amen.

On peut maintenant éclairer la pièce au maximum et on garde les bougies (ou lampions) allumées.

Note : Le grand cierge ou la chandelle sera allumé plus tard, au 4^e service du repas.

2^e Service :

Le Seigneur libère son peuple!

L'aîné.e. de la famille explique ce qui va suivre :

Dans la tradition juive, la fête de Pâque s'appelle Pessah et est célébrée lors d'un repas appelé seder. Au cours de ce repas, le ou la plus jeune demande à l'aîné.e de la famille d'expliquer le sens des traditions liées à cette fête. La Pâque juive fait mémoire de la sortie d'Égypte du peuple hébreu : par cet exode, Dieu a libéré son peuple de l'esclavage et a fait alliance avec lui. Cette alliance est aussi commémorée dans la tradition chrétienne de Pâques. En solidarité avec le peuple juif, nous allons vivre cette deuxième partie du repas un peu à la manière d'un seder.

Une personne apporte sur la table la salade de roquette (ou autre aliment amer).

- **Le ou la plus jeune de la famille demande à l'aîné.e :**

Pourquoi devons-nous manger de la salade amère?

- **L'aîné.e répond :**

C'est pour nous rappeler que les Égyptiens ont rendu la vie amère au peuple hébreu, nos ancêtres dans la foi, en les réduisant à l'esclavage. Mangeons en faisant mémoire des souffrances de ce peuple, en solidarité avec tous les peuples et toutes les personnes dont l'existence actuelle est amère.

- On mange la salade, en évoquant le nom de peuples et de personnes qui souffrent, ou en nommant des situations d'esclavage que nous voyons ou vivons aujourd'hui.

Une personne apporte sur la table la compote de fruits (ou harosset).

- **Le ou la plus jeune de la famille demande à l'aîné.e :**

Qu'est-ce que cette compote de fruits et pourquoi la mangerons-nous?

- **L'aîné.e répond :**

Cette compote de fruits est le harosset, servie lors du repas du seder. Elle rappelle le mortier qu'utilisaient les esclaves hébreux pour fabriquer les briques nécessaires aux constructions.



- **Le ou la plus jeune de la famille demande à l'aîné.e :**

Pourquoi cette nuit (ou soirée) est-elle différente des autres nuits (soirs)?

- **L'aîné.e répond :**

Parce que cette nuit (soirée) fait mémoire de celle où le peuple hébreu a été libéré et sauvé de l'esclavage! Écoutons son histoire :

Selon l'option choisie, une personne lit le premier extrait du livre de l'Exode (cf. encadré ci-dessous) OU autres options:

- présentation d'un mime ou d'une saynète de ce récit biblique, ou
- visionnement d'un montage d'extraits de films sur la sortie d'Égypte (cf. **Annexe 3**).

Le Seigneur dit à Moïse : « Ordonne aux fils d'Israël de se mettre en route ! Toi, lève ton bâton, étends le bras sur la mer, fends-la en deux, et que les fils d'Israël entrent au milieu de la mer à pied sec. Les Égyptiens sauront que je suis le Seigneur, quand je me serai glorifié aux dépens de Pharaon, de ses chars et de ses guerriers. »

Une personne apporte sur la table le pain pita (ou autre pain plat).

- **Le ou la plus jeune de la famille demande à l'aîné.e :**

Pourquoi mangerons-nous du pain plat et non notre bon pain habituel?

- **L'aîné.e répond :**

Pour mieux comprendre ce qu'a vécu le peuple hébreu, cette nuit-là. Ils sont partis rapidement, prenant du pain pour la route sans même attendre qu'il ait levé. Il fallait faire vite, pour ne pas être rattrapés par les Égyptiens! Voici la suite du récit.



Une personne lit la suite dans le livre de l'Exode :

L'ange de Dieu, qui marchait en avant d'Israël, se déplaça et marcha à l'arrière. Moïse étendit le bras sur la mer. Le Seigneur chassa la mer toute la nuit par un fort vent d'est ; il mit la mer à sec, et les eaux se fendirent. Les fils d'Israël entrèrent au milieu de la mer à pied sec, les eaux formant une muraille à leur droite et à leur gauche. Les Égyptiens les poursuivirent ; tous les chevaux de Pharaon, ses chars et ses guerriers entrèrent derrière eux jusqu'au milieu de la mer. Aux dernières heures de la nuit, le Seigneur dit à Moïse : « Étends le bras sur la mer : que les eaux reviennent sur les Égyptiens, leurs chars et leurs guerriers ! »

Moïse étendit le bras sur la mer. Au point du jour, la mer reprit sa place ; dans leur fuite, les Égyptiens s'y heurtèrent, et le Seigneur les précipita au milieu de la mer. Les eaux refluèrent et recouvrirent les chars et les guerriers, toute l'armée de Pharaon qui était entrée dans la mer à la poursuite d'Israël. Il n'en resta pas un seul. Ce jour-là, le Seigneur sauva Israël de la main de l'Égypte, et Israël vit les Égyptiens morts sur le bord de la mer.

Israël vit avec quelle main puissante le Seigneur avait agi contre l'Égypte. Le peuple craignit le Seigneur, il mit sa foi dans le Seigneur et dans son serviteur Moïse. Alors Moïse et les fils d'Israël chantèrent ce cantique au Seigneur : « Je chanterai pour le Seigneur ! Éclatante est sa gloire : il a jeté dans la mer cheval et cavalier ! »

Réflexion et échange

On mange le pain en le trempant dans la compote (ou *harosset*).

- L'aîné.e explique que le goût sucré de l'*harosset* peut aussi évoquer la douceur et la joie de la libération...
- En mangeant, on échange sur les expériences de libération que nous voyons dans le monde actuel ou que nous vivons nous-mêmes : *et Dieu dans tout ça ? Comment voyons-nous ou sentons-nous sa présence ? Comment agit-il ?*

Chant : selon le choix de la famille pour cette partie (cf. **Annexe 4**).

Prière de conclusion (lue par un.e membre de la famille)

Comme les Hébreux, nous sommes des marcheurs, Seigneur. Tu fais de nous des pèlerins et tu marches avec nous en particulier en ces temps difficiles que nous vivons actuellement. Libère-nous de tous les obstacles qui empêchent notre bonheur et qui entravent la route qui mène à toi. Nous te le demandons par Jésus le Christ notre Seigneur. Amen.



3^e Service : *La parole du Seigneur réalise ses promesses!*

L'extrait suivant, tiré du livre du prophète Isaïe, est lu par un ou deux membres de la famille (cf. encadré ci-dessous) :

Le Seigneur dit : Vous tous qui avez soif, venez, voici de l'eau !

Même si vous n'avez pas d'argent, venez acheter et consommer, venez acheter du vin et du lait sans argent, sans rien payer.

Pourquoi dépenser votre argent pour ce qui ne nourrit pas, vous fatiguer pour ce qui ne rassasie pas ?

Écoutez-moi bien, et vous mangerez de bonnes choses, vous vous régalerez de viandes savoureuses !

Prêtez l'oreille ! Venez à moi ! Écoutez, et vous vivrez!

Je m'engage envers vous par une alliance éternelle.

La pluie et la neige qui descendent des cieux n'y retournent pas sans avoir arrosé la terre, sans l'avoir rendue fertile, donnant la semence au semeur et le pain à celui qui doit manger ; ainsi ma parole, qui sort de ma bouche, ne me reviendra pas sans résultat, sans avoir fait ce qui me plaît, sans avoir accompli sa mission.

Le repas principal est servi,
avec la collaboration de chacun.e.

Réflexion et échange

En mangeant, on échange sur l'abondance dans laquelle nous vivons et sur les inégalités sociales dont nous prenons conscience, en cette période de pandémie :

Et notre foi, dans tout ça?

Comment cette parole du Seigneur que nous venons d'entendre peut-elle changer quelque chose, pour nous et autour de nous?

Chant : selon le choix de la famille pour cette partie du repas (cf. **Annexe 4**).



Prière de conclusion (lue par un.e membre de la famille)

Seigneur, tu as appelé les prophètes à déranger ton peuple en proclamant ce que tu attendais de lui. Donne-nous leur courage et leur audace pour combattre les inégalités entre les pauvres et les riches et pour prendre la défense de ceux et celles qui se font exploiter. Par le prophète Ézéchiël, tu as promis de transformer nos cœurs de pierre en cœurs de chair capables d'aimer. Viens réaliser ta promesse en nous dès maintenant. Nous te le demandons par Jésus le Christ notre Seigneur. Amen.

Geste optionnel

- En écho à la parole d'Isaïe, on peut planter une graine dans un petit pot : en se développant au fil des prochaines semaines, la jeune pousse sera un rappel de cette Parole de Dieu vivante dans notre quotidien.
- OU en prolongement de la prière, chacun.e écrit sur un petit carton un « engagement de solidarité », une action que l'on s'engage à réaliser : on plante ensuite ces cartons dans la terre, en signe de fécondité.



La pluie et la neige qui descendent des cieux n'y retournent pas sans avoir abreuvé la terre, sans l'avoir fait germer, ainsi ma parole ne me reviendra pas sans avoir accompli sa mission. (Isaïe 55, 10-11)



4^e Service: Avec Jésus, passer de la mort à une vie nouvelle!

L'aîné.e de la famille dit :

Pour nous chrétiens, la fête de Pâques fait mémoire de cette alliance que le Seigneur a faite avec le peuple hébreu, que Jésus a renouvelée et élargie à tous, en traversant le grand passage de la mort à la vie. Que savons-nous, d'abord, sur la mort de Jésus? Comment cela s'est-il passé?

On se raconte en famille ce que l'on sait des circonstances de la mort de Jésus. Au besoin, on peut compléter ou vérifier en lisant un extrait de l'évangile de Luc (cf. **Annexe 5**).

On éteint ensuite les petites bougies (ou lampions) et on réduit l'éclairage de la pièce pour faire silence, en pensant à la tristesse des amis et disciples de Jésus.

Puis, un membre de la famille lit ou raconte le récit de l'évangile de Matthieu (cf. encadré ci-dessous):

Après le sabbat, à l'heure où commençait à poindre le premier jour de la semaine, Marie Madeleine et l'autre Marie vinrent pour regarder le tombeau. Et voilà qu'il y eut un grand tremblement de terre ; l'ange du Seigneur descendit du ciel, vint rouler la pierre et s'assit dessus. Il avait l'aspect de l'éclair, et son vêtement était blanc comme neige. Les gardes, dans la crainte qu'ils éprouvèrent, se mirent à trembler et devinrent comme morts.

L'ange prit la parole et dit aux femmes : « Vous, soyez sans crainte ! Je sais que vous cherchez Jésus le Crucifié. Il n'est pas ici, car il est ressuscité, comme il l'avait dit. Venez voir l'endroit où il reposait. Puis, vite, allez dire à ses disciples : "Il est ressuscité d'entre les morts, et voici qu'il vous précède en Galilée ; là, vous le verrez." Voilà ce que j'avais à vous dire. »

Vite, elles quittèrent le tombeau, remplies à la fois de crainte et d'une grande joie, et elles coururent porter la nouvelle à ses disciples.

Chacun.e prend une petite bougie (ou lampion) sur la table ; on allume le grand cierge placé au centre de la table et chacun.e y allume sa bougie (ou lampion).



Réflexion et échange

On échange sur cette question : *Quand avez-vous vu la vie être plus forte que la mort?* (par exemple, dans la nature, une fleur naît grâce à la mort et la germination d'un grain planté en terre; une personne qui a surmonté son deuil; une personne qui a développé un talent artistique malgré un handicap; une personne immigrante qui a dû fuir son pays et qui a recommencé une nouvelle vie dans son pays d'adoption, etc). Après la réponse de chaque personne, tous peuvent répondre d'une seule voix : « Alleluia! ».

Une personne conclut : *On le voit par ces exemples, la puissance de la résurrection est toujours à l'œuvre, aujourd'hui encore.*

Prière universelle

La prière universelle est une prière de demande qui s'ouvre à tout l'univers, à d'autres catégories de personnes que nous. Ici, chaque personne peut formuler spontanément des intentions en répondant aux questions suivantes, lues par un.e membre de la famille :

- *Beaucoup de gens autour de nous traversent des difficultés importantes actuellement. Que demandons-nous au Seigneur pour les gens qui souffrent?*

(On prend un court moment de silence après les réponses)

- *Les dirigeants et dirigeantes des pays exercent de grandes responsabilités en vue de préserver la sécurité et l'unité de leurs peuples. Que demandons-nous au Seigneur pour les autorités civiles et nos responsables politiques? (silence)*
- *Notre Église doit annoncer dans le monde la présence aimante du Seigneur. Que demandons-nous pour l'Église, son peuple et ses pasteurs? (silence)*
- *Les enfants sont porteurs de nouveauté et d'espérance. Que demandons-nous pour les enfants de chez nous et du monde entier? (silence)*
- *Les personnes âgées sont particulièrement vulnérables aux maladies et attristées par la solitude. Que demandons-nous au Seigneur pour elles? (silence)*

Conclusion par la personne qui anime cette prière :

Nous te savons à l'écoute de nos prières, Seigneur. Réalise nos désirs de réconfort et de paix. Nous te le demandons par Jésus le Christ notre Seigneur. Amen.



Renouvellement des engagements de notre baptême

Si la famille a sorti et affiché des photos de baptême, on prend un moment pour les regarder et s'échanger des souvenirs de cette célébration et de ce que ça signifiait.

Un.e membre de la famille prend la cruche et verse l'eau dans un bol, sur la table. Il.elle place le cierge à côté.

Une personne dit :

C'est à Pâques que les chrétiennes et chrétiens renouvellent les engagements de leur baptême. Ils s'y sont préparés pendant tout le carême. Ils le font en redisant le « Je crois en Dieu » autour de l'eau et de la lumière. Toute plante pour grandir a besoin d'eau et de lumière. Les chrétiennes et les chrétiens les ont reçues toutes les deux au jour de leur baptême pour grandir dans la foi. Nous avons rallumé le feu et retrouvé la lumière avec la résurrection de Jésus. Comme l'écrit saint Paul dans sa lettre aux chrétiens de Rome (Lettre aux Romains, 6, 3-11), par notre baptême nous sommes plongés dans la mort et la résurrection, avec le Christ.

En rappel de notre baptême, nous pouvons prendre un peu d'eau avec notre main et faire le signe de la croix, qui est le signe de notre foi. Après le repas, nous pourrions arroser nos plantes ou nos semis avec cette eau qui fait grandir...

On apporte le dessert au centre de la table.

Un.e membre de la famille lit ce qui suit :

La résurrection de Jésus que nous célébrons aujourd'hui nous annonce que la vie et l'amour seront toujours plus forts que la mort et que tout ce qui nous empêche d'être heureux. Quand nous traversons des moments de désert, rappelons-nous que le Seigneur veut nous conduire plutôt au dessert. En italien, le dessert s'appelle « dolci », qui veut dire les « douceurs ». Après avoir goûté des herbes amères qui nous rappelaient les moments difficiles, laissons-nous gâter par ce dessert et un peu de chocolat... le chocolat fait partie des petites douceurs de la vie et il nous rappelle ce que dit le psaume 33 : « Goûtez et voyez comme le Seigneur est bon! ».



Tous lèvent leur verre : **Joyeuses Pâques!**

On communique ensuite avec nos proches ou nos amis, par téléphone ou Internet :

Joyeuses Pâques!

Deux suggestions pour accompagner le récit de la Création

• Un chemin de table sur le récit de la Création

- Illustrer chacun des 7 jours de la création sur 7 feuilles de dessin.
- Les coller ensemble avec du ruban adhésif transparent.
- Disposer le chemin au centre de la table du repas familial.

• 7 cartes à gratter pour les 7 jours de la création

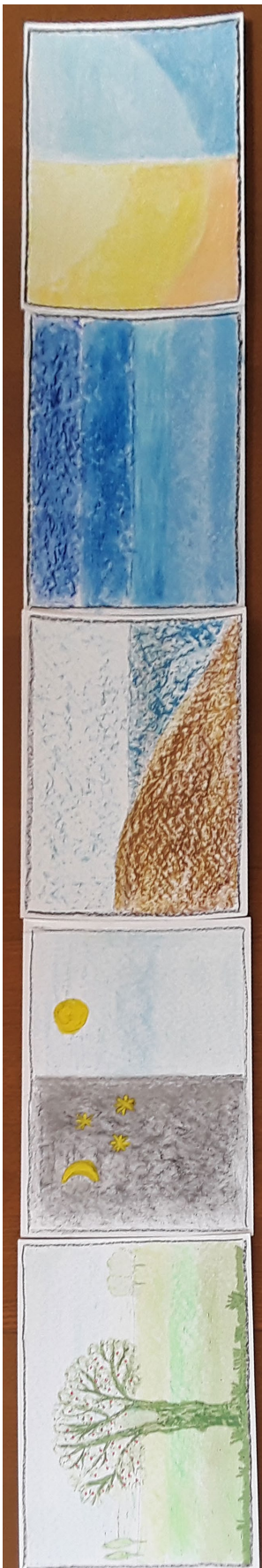
Matériel

- 7 petites cartes de papier à dessin blanc assez épais
- Crayons ou marqueurs de couleurs
- Ciseaux
- Ruban adhésif transparent
- Liquide vaisselle
- Peinture acrylique métallisée
- Pinceau



Méthode

- Illustrer chacun des 7 jours de la création sur les 7 petites cartes.
- Nommer la carte du jour correspondant : premier jour, deuxième jour...
- Découper et coller du ruban adhésif transparent sur chacun des dessins.
- Mélanger 1 part de liquide à vaisselle pour 2 parts de peinture métallique.
- Appliquer plusieurs couches minces de mélange en prenant soin de bien laisser sécher entre chaque couche.
- Gratter les cartes dans l'ordre au cours de la lecture du récit de la création.



Recette du harosset

Le harosset est un mélange de fruits secs moulus. Il rappelle le mortier qu'utilisaient les esclaves hébreux en Egypte pour fabriquer les briques nécessaires aux constructions.

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 1 t. de dattes séchées
- 1 t. de pomme fraîche
- 1 t. d'abricots séchés, réhydratés
- 1\2 t. de noix de Grenoble en morceaux grossiers
- 2 c. à table de vin rouge
- 2 c. à table de jus d'orange
- cannelle, miel, noix de muscade selon le goût



Préparation: Mixer ou couper finement tous les fruits secs et les noix. Ajouter la pomme coupée en morceaux. Mélanger en ajoutant le vin, le jus d'orange, la cannelle, le miel et éventuellement la noix muscade. Laisser macérer une journée. Former des boules et les rouler dans un peu de cannelle ou servir comme une trempette avec du pain Azyme ou pita. Garder au frais.

Annexe 3

Films ou films d'animation sur la libération du peuple hébreu

- La libération du peuple ou la nuit des passeurs (EP. 15) (2016) - Bible, les récits fondateurs
- Série La Bible – L'Exode (EP.13) (2013)
- Le Prince d'Égypte (1998)
- Les Dix commandements (1956)



Suggestions de chants pour chaque partie du repas

Les chants proposés proviennent de répertoires de musique chrétienne traditionnelle et contemporaine, ainsi que du répertoire populaire. Pour permettre à tous de participer au chant, les liens envoient autant que possible vers des vidéos sur YouTube où les paroles sont incluses. Si les membres de la famille ont d'autres idées de chants, celles-ci peuvent être partagées aussi!

1^{er} service: *Merci pour la Création!*

Répertoire chrétien traditionnel et contemporain

Psaume de la Création (Patrick Richard)

Creation (frère Tansi, Franciscain du Renouveau à New York)

Creation (frère Tansi, Franciscain du Renouveau à New York): autre version

Répertoire populaire

What a wonderful world (Louis Armstrong)

Repartir à zéro (Joe Bocan, repris par Peter Henry Phillips)

2^e service: *Le Seigneur libère son peuple!*

Répertoire chrétien traditionnel et contemporain

Cantique de l'Exode (GMLA)

Jour de joie, jour de victoire (Samuel Olivier)

Chant de victoire (Communauté du Chemin Neuf): paroles sous la vidéo

Répertoire populaire

Chanson extraite du film *Le prince d'Égypte*

Go down Moses / Let my people go (Louis Armstrong)

3^e service: *La parole du Seigneur réalise ses promesses!*

Répertoire chrétien traditionnel et contemporain

Vous qui avez soif (Chants de l'Emmanuel, inspiré du prophète Isaïe)

Intercession (Robert Lebel, chant à l'intention des personnes opprimées)

Relever le faible (Glorious)

4^e service: *Avec Jésus, passer de la mort à une vie nouvelle!*

Répertoire chrétien traditionnel et contemporain

Joyeuses Pâques! (Robert Lebel)

Alléluia (paroles du psaume 117, arrangement du Chemin Neuf)

Exultez de joie, peuples de la terre! (Chants de l'Emmanuel)

J'ai vu des fleuves d'eau vive (Chants de l'Emmanuel)



Récit de la mort de Jésus dans l'évangile de Luc

Lorsqu'ils furent arrivés au lieu dit: Le Crâne (ou Calvaire), là ils crucifièrent Jésus, avec les deux malfaiteurs, l'un à droite et l'autre à gauche. Jésus disait: «Père, pardonne-leur: ils ne savent pas ce qu'ils font.» Puis, ils partagèrent ses vêtements et les tirèrent au sort.

Le peuple restait là à observer. Les chefs tournaient Jésus en dérision et disaient: «Il en a sauvé d'autres: qu'il se sauve lui-même, s'il est le Messie de Dieu, l'Élu!» Les soldats aussi se moquaient de lui; s'approchant, ils lui présentaient de la boisson vinaigrée, en disant: «Si tu es le roi des Juifs, sauve-toi toi-même!» Il y avait aussi une inscription au-dessus de lui: «Celui-ci est le roi des Juifs.»

L'un des malfaiteurs suspendus en croix l'injuriait: «N'es-tu pas le Christ? Sauve-toi toi-même, et nous aussi!» Mais l'autre lui fit de vifs reproches: «Tu ne crains donc pas Dieu! Tu es pourtant un condamné, toi aussi! Et puis, pour nous, c'est juste: après ce que nous avons fait, nous avons ce que nous méritons. Mais lui, il n'a rien fait de mal.» Et il disait: «Jésus, souviens-toi de moi quand tu viendras dans ton Royaume.» Jésus lui déclara: «Amen, je te le dis: aujourd'hui, avec moi, tu seras dans le Paradis.»

C'était déjà environ la sixième heure (c'est-à-dire: midi); l'obscurité se fit sur toute la terre jusqu'à la neuvième heure, car le soleil s'était caché. Le rideau du Sanctuaire se déchira par le milieu. Alors, Jésus poussa un grand cri: «Père, entre tes mains je remets mon esprit.» Et après avoir dit cela, il expira. À la vue de ce qui s'était passé, le centurion rendit gloire à Dieu: «Celui-ci était réellement un homme juste.»

Autres versions de ce récit dans les évangiles: www.aelf.org

- Matthieu chapitre 27, versets 31-50
- Marc, chapitre 15, 24-39



Écrire un poème sur la création

En s'inspirant du poème extrait du film «Le huitième jour» de Jaco Van Dormael, écrire son propre poème sur la création. Prolonger l'expérience en écoutant le film et en partageant vos impressions.

Résumé du film : Harry, cadre brillant, se force à sourire devant la glace pour croire que tout va bien. Car selon la règle d'or du système de vente qu'il enseigne quotidiennement à des employés de banque, tout doit aller bien, il faut être enthousiaste. Pourtant, il a du mal à ne pas penser à sa femme qui l'a quitté en emmenant leurs deux petites filles. Une nuit, il rencontre sur une route de campagne Georges, un jeune trisomique qui vient de quitter le centre spécialisé qui l'héberge et part à la recherche de sa mère. Harry veut le ramener chez lui, mais il n'arrive pas à se défaire de Georges. Après quelques difficultés d'adaptation, les deux hommes vont trouver un langage commun et devenir inséparables. Georges aidera Harry à retrouver le goût des valeurs simples et à voir la vie sous un autre jour.

La création selon Harry

«Au commencement, il n'y avait rien. On entendait seulement la musique.

Le premier jour, il fit le soleil. Ça pique aux yeux.

Le deuxième jour, il fit l'eau. Ça mouille les pieds si on marche dedans. Puis, il fit le vent. Ça chatouille.

Le troisième jour, il fit l'herbe. Quand on la coupe, elle crie, elle a mal. Il faut la consoler, lui parler gentiment. Quand on touche un arbre, on devient un arbre.

Le quatrième jour, il fit les vaches. Quand elles soufflent, c'est chaud.

Le cinquième jour, il fit les avions. Si on les prend pas, on peut les regarder passer.

Le sixième jour, il fit les gens : les hommes, les femmes et les enfants. Je préfère les femmes et les enfants, parce qu'ils ne piquent pas quand on les embrasse.

Le septième jour, pour se reposer, il fit les nuages. Si on les regarde longtemps, on y voit dessinées toutes les histoires.

Alors, il se demanda s'il ne manquait rien.

Le huitième jour, il fit Georges.

Méditer avec le Souffle créateur

Note: Ce temps de méditation est inspiré de diverses pratiques laïques (pratique de l'attention, méditation pleine conscience, présence attentive) et spirituelles (oraison, recueillement).

« Être présent à son corps est déjà en soi une méditation, c'est accepter le réel tel qu'il est. Être présent à son corps, n'est-ce pas une manière de dire oui à la vie donnée ? »

(Marcil, Ivan, *De la pleine conscience à la pleine confiance*, Éd. Médiaspaul, 2018, p. 153)

Prendre une posture confortable en silence. Si souhaité, allumer une bougie et mettre un fond musical doux. Un membre de la famille lit lentement la méditation.

Les [] correspondent à une courte pause.

Je te propose de prendre un temps pour arrêter consciemment ce que tu es en train de faire [] et de venir t'asseoir sur une chaise ou sur le tapis, les pieds bien à plat sur le sol. Tu peux fermer les yeux ou les laisser entrouverts si tu trouves cela plus confortable. Fais ce qui te convient le mieux. [] Tu peux relâcher un peu les épaules, mettre les mains sur tes cuisses ou les bras le long du corps et maintenir ton dos droit et détendu. [] Quand tu es assis comme cela, tu ressens peut-être que tu respirez, car un mouvement de va et vient s'effectue tout seul dans l'abdomen. Reste simplement présent au mouvement de l'air qui va et vient, au souffle de vie. []

Dès que tu respirez, Dieu est là. Il met le souffle de vie en toi. []

[] À tout moment, il est possible que tu te rendes compte que l'attention n'est plus du tout avec la respiration, que tu es parti dans des pensées ou que tu as envie de bouger. Si c'est le cas, ne t'en inquiète pas, c'est normal, cela fait partie de la pratique. Mais dès que tu constates que ton attention porte sur autre chose, tu peux revenir, revenir au mouvement du souffle. []

Et maintenant, lorsque tu es prêt.e, ouvre progressivement les yeux et si tu le souhaites, remercie-toi pour ce temps de présence. Remercie Dieu pour le souffle de vie en toi. Au cours de la journée, souviens-toi qu'à tout moment, tu peux revenir au souffle, simplement venir ressentir que tu es vivant.



Regarder un film sur Jésus

Note: Nous vous invitons à vérifier si le film est adapté à l'âge de vos jeunes.

Films ou films d'animation sur Jésus

- *The miracle maker (Il était une fois Jésus)* (2000) [Présentation](#)
- *Jésus, le film* (1979)
- *Risen (La résurrection du Christ)* (2016)
- *The Case for Christ (Jésus, l'enquête)* (2017)

Pour d'autres idées de films chrétiens, on peut consulter

<https://le-verbe.com/culture/20-films-chretiens-a-revoir-en-2020/>

<https://www.sajedistribution.com/tous-nos-films.html>

Chercher un film, une chanson, une œuvre d'art qui nous fait penser à Pâques

La présenter à la famille en expliquant le lien.



Adélia, femme pascalle

Ma grand-mère Adélia est née en 1903 et est décédée en 1995. Elle a connu pratiquement tout le vingtième siècle. Elle a épousé son beau Léonce à dix-sept ans et a accouché de mon père à dix-huit. Elle a traversé la première guerre mondiale, la grippe espagnole (1918-1920) qui a fait entre 50 et 100 millions de morts, les années folles (1920), le crash économique de 1929, la seconde guerre mondiale durant laquelle deux de ses fils faisaient leur service militaire. Elle a été témoin du babyboom d'après-guerre, de la guerre de Corée, la menace de guerre nucléaire entre la Russie et les Etats-Unis, la crise des missiles d'octobre à Cuba en 1962, l'assassinat de John F. Kennedy. Elle a vu apparaître l'automobile, les avions commerciaux, d'immenses progrès de la médecine. Elle a vu la construction et la chute du mur de Berlin, des hommes marcher sur la lune, l'apparition du sida, la chute de la natalité, mai 68 et l'ébranlement de la culture occidentale, la montée de la pollution menaçante.

Et durant ce temps, elle a accouché quatorze fois et a perdu un enfant en bas âge. Elle a eu quarante-cinq petits-enfants dont elle n'arrivait pas à mémoriser les prénoms. Surtout, elle riait volontiers et de bon cœur. Sa foi dans le Seigneur et dans la Vierge Marie était inébranlable. Cette foi vive lui faisait dire: «Tout passe». On finit par tout traverser. Elle le savait par expérience mais aussi parce qu'elle avait maintes fois expérimenté le dynamisme de la résurrection. La vie est plus forte que la mort, la lumière chasse les ténèbres, l'amour triomphe de la peine et de la peur.

Adélia était pétrie d'une foi pascalle. Rien ne l'arrêtait.

Si elle vivait aujourd'hui, elle observerait la crise sanitaire mondiale et dirait: «Tout passe». On peut tout traverser. La vie est plus forte que tout...parce que Dieu est là.

Joyeuses Pâques!

Alain Roy, curé
Paroisse Saint-Joachim, Pointe-Claire (Montréal)

