

La messe comme une randonnée ou comment vivre la messe ?

Série ThéoDom : « L'Eucharistie, c'est la vie ! »
série no.26, Automne 2023
sœur Marie-Pierre de la Croix

Aujourd'hui, nous partons en pèlerinage : chaussez vous, nous allons à la messe ! Chaussez-vous, c'est parti ! Avez-vous déjà été en randonnée en montagne ? Personnellement je ne suis pas fan ! Mais j'avoue qu'après des kilomètres de souffrance rendus moins pénibles par la beauté du paysage, je suis quand-même très contente et fière d'arriver au sommet !

Vivre la messe, c'est comme vivre une randonnée, ou plutôt un pèlerinage. J'aime beaucoup plus ! A la clé, il y a beaucoup plus que la beauté du paysage et la fierté d'avoir survécu ! Il y a la rencontre de Dieu.

La montagne

La montagne, dans la Bible, est un des lieux de rencontre entre l'homme et Dieu. Par exemple, dans l'Ancien Testament, c'est sur le mont Sinaï que le Seigneur a parlé à Moïse et lui a donné les dix commandements. Dans les Évangiles, Jésus s'est souvent retiré sur une montagne pour prier son Père et aussi pour enseigner. Un de ses plus célèbres enseignements est celui que l'on appelle "le sermon sur la montagne" où l'on retrouve les Béatitudes (« Heureux êtes-vous... ») Enfin, c'est sur une montagne, au Golgotha, que Jésus a livré sa vie sur la croix en rançon, pour sauver et racheter la vie des hommes.

Pendant la messe, ces deux premières montagnes peuvent nous faire penser au temps de la Parole, pendant lequel sont proclamées des lectures de l'Ancien et du Nouveau Testament. Et la troisième montagne, le Golgotha, c'est d'elle qu'il est question pendant l'Eucharistie.

La messe, définition

Voici ce qu'en dit le concile Vatican II :

« La Messe est la célébration au cours de laquelle les fidèles participent à la liturgie de la Parole et à la liturgie eucharistique, où est perpétué le sacrifice

du corps et du sang du Christ. Le sacrement de l'Eucharistie est « source et sommet de toute la vie chrétienne ». – *Sacrosanctum Concilium*, 47

Le voilà le sommet de notre montagne : la destination de notre pèlerinage !

Avant la messe

Il est bon de garder en mémoire notre objectif d'arriver au sommet car cela va nous aider dans notre ascension mais aussi dans notre préparation physique et spirituelle.

Par exemple, arriver en avance est vivement recommandé afin d'être paisible pour trouver une place, s'asseoir et prendre un temps de silence pour prier. Tout cela nous permettra de mieux disposer notre cœur pour vivre pleinement la célébration.

Tout dépend des sensibilités et des lieux, mais dire bonjour à son voisin, lui faire un sourire, voire même lui serrer la main, sont autant de petits gestes qui manifestent notre fraternité, notre joie d'être là, ensemble, en frères et sœurs !

Le plan de la messe

La messe est donc ce moment favorable, où formant un seul corps, celui de Jésus-Christ, nous sommes invités à la table de la Parole et de l'Eucharistie.

La messe s'organise donc en 4 grandes étapes qui sont la liturgie d'entrée, la liturgie de la Parole, la liturgie Eucharistique et l'envoi.

Première étape : la liturgie d'entrée

Notre pèlerinage commence avec l'entrée en procession du prêtre ou de l'évêque avec les éventuels diacres et servants d'autel. L'accueil du prêtre se veut selon les circonstances, solennel et joyeux, au rythme de la louange car elle est le signe du Christ présent au milieu de son Eglise.

En effet, la messe commence avec un chant que l'on peut comparer à une prière commune qui va nous aider à faire corps et à former ce que l'on appelle l'assemblée eucharistique. Comme le disait déjà saint Augustin au IVème siècle : "chanter bien, c'est prier deux fois !" Alors il est bon de chanter les louanges de Dieu qui susciteront paix et joie dans nos cœurs en ce début de célébration.

Nous sommes donc debout, posture de l'homme vivant, libre et ressuscité.

Avec les mots du prêtre qui nous accueille "au nom du père et du fils et du saint esprit", nous faisons le signe de la Croix, signe des chrétiens, signe de l'Amour infini de notre Seigneur Jésus-Christ, signe de la victoire de la Vie sur la mort.

Prière pénitentielle et Gloria

Nous manquons parfois d'amour. C'est pourquoi avec la prière pénitentielle, nous sommes invités à reconnaître nos péchés et à demander pardon à Dieu. Tous ensemble, en communauté, nous récitons le "je confesse à Dieu" et chantons le "Kyrie Eleison" ce qui veut dire "prends pitié de nous".

Libérés du fardeau de nos péchés qui pesait lourd sur nos épaules, nous sommes désormais, plus légers, plus libres pour chanter la gloire de Dieu, puis continuer ainsi notre ascension et passer à la prochaine étape.

Deuxième étape : la liturgie de la Parole.

Ce temps commence par 4 lectures le dimanche (dont une, chantée) : la première lecture est, la plupart du temps, tirée de l'Ancien Testament, le psaume est très souvent chanté, la seconde lecture est tirée du Nouveau Testament, c'est souvent un extrait d'une lettre de saint Paul, et finalement, il y a la lecture de l'Évangile.

Pendant les premières lectures, nous étions assis, mais nous nous levons pour acclamer l'Évangile, c'est-à-dire la Bonne Nouvelle de Jésus-Christ. Sauf en Carême, chanter l'Alléluia est de rigueur car ce cri de joie veut dire : "Louez Dieu" !

Maintenant, avant la lecture de l'Évangile, nous traçons une petite croix sur notre front, notre bouche et notre cœur : « Notre front : Seigneur donne moi de mémoriser et de mieux comprendre ta Parole. Notre bouche : Seigneur donne moi la grâce de mieux proclamer ta Parole. Notre cœur : que ta Parole change mon cœur de pierre en cœur de chair ».

Après la lecture de l'Évangile, le prêtre ou le diacre prononce ce que l'on appelle une homélie qui nous aide à mieux comprendre les Écritures. Cela doit nous aider à nous convertir et à mettre en pratique la Parole de Dieu dans notre vie quotidienne.

La prière universelle et le credo

Nous avons parfois l'impression qu'on va à la messe pour nous même, mais la messe se vit en communauté et c'est pourquoi pendant la prière universelle, tous ensemble, nous prions pour l'Eglise, pour le monde, et les uns pour les autres.

Avec le credo, tous ensemble nous professons notre foi.

Précédemment je vous disais que nous étions invités à la Table de la Parole et à la Table eucharistique. La Parole de Dieu et l'Eucharistie sont donc les deux nourritures du chrétien. Se nourrir de la Parole de Dieu nous aide à mieux le comprendre, mieux l'aimer et vient illuminer notre vie.

La troisième partie : l'Eucharistie

Nous arrivons ici au sommet de la montagne : enfin nous y sommes ! Le temps de l'Eucharistie, c'est la source et le sommet de notre vie chrétienne. La liturgie eucharistique se compose de trois temps : l'offrande ou l'offertoire, la prière eucharistique et le temps de la communion. Pendant la préparation des dons, nous ne sommes pas appelés à offrir seulement le pain et le vin, mais toute notre vie.

A la prière eucharistique nous pouvons manifester notre adoration et vénération, en nous agenouillant. Nous avons également le Notre Père, cette prière que Jésus a laissée à ses amis, très importante car elle fait vraiment de nous des frères et sœurs, enfants de Dieu.

Vient le moment tant attendu, le sommet de la messe, la communion. « Comment m'approcher de toi Seigneur ?.. » Ici Jésus se donne à toi ! Avant de t'avancer, dis-lui de tout ton cœur cette parole tirée de l'évangile : "Seigneur je ne suis pas digne de te recevoir mais dis seulement une Parole et je serai guéri.e".

Mais comment le recevoir ? Dans les mains ? Dans la bouche ? C'est une bonne question ! Mais dans la mesure où les deux sont permis, c'est à toi de choisir en conscience et selon ton désir : faire de tes mains un petit autel pour accueillir Jésus ou le prendre à la bouche selon ton cœur.

Après avoir communié, tu peux être à genoux ou assis pour remercier Jésus pour ce cadeau extraordinaire que tu as reçu, lui redire ton amour et ta joie d'être avec lui.

L'envoi

Peut-être serais-tu tenté de rester là sur la montagne avec lui ! Rassure-toi, tu n'as pas été le seul ! les apôtres aussi, le voulaient quand il s'est transfiguré devant eux ! Pierre a voulu dresser la tente. Mais non ! Il faut maintenant redescendre de la montagne ! C'est notre quatrième et dernière étape, elle comprend la bénédiction finale, l'envoi et l'hymne de sortie.

« Allez et proclamez l'évangile par toute votre vie » nous dit le prêtre ou le diacre à la fin de la messe ! Nous sommes donc appelés à descendre de notre montagne pour aller porter Jésus dans le monde et annoncer sa Bonne Nouvelle !