

JOURNÉE TYPE CARÊME

CONSACRER
SANCTIFIER
RENDRE GRACE

MATIN (6H/7H)

"Au commencement était la Parole et la Parole était auprès de Dieu" (Jean 1)

Je consacre ma journée au Seigneur

je prie l'office des laudes, je médite sur l'évangile du jour

PENDANT LA JOURNÉE

"Celui qui demeure dans l'amour demeure en Dieu et Dieu en Lui" (1 Jn 4,16)

Je sanctifie ma journée en faisant les choses ordinaires avec beaucoup d'Amour sous le regard d'Amour du Père

Soir

"Le Seigneur fit pour moi des merveilles" (Luc 1)

Je rends grâce au Seigneur pour la journée écoulée et prie office des vêpres

Avant de me coucher

"En tes mains Seigneur, je remets mon esprit" (Lc 23,46)

Je remets au Seigneur toute ma journée (mes mercis, mes pardons, mes rencontres, mes croix, mes s'il-te-plait...) et prie office des complies

MESSE (CELEBRATION EUCHARISTIQUE)

Célébrer la Charité du Christ

CONSACRER
SANCTIFIER
RENDRE GRACE

D'après l'Eglise, la messe est:
"la source et le sommet de la vie chrétienne"

Lumen Gentium 11

SOURCE

En union avec le Christ mort sur la Croix

Je **Consacre** au Seigneur (avant la messe, pendant l'offertoire) la semaine (ou les heures) à venir (projets, rencontres...)

SOMMET

En Union avec le Christ mort sur la Croix

Je **Rends grâce** au Seigneur (avant la messe, pendant offertoire, offrande) pour la semaine écoulée (les dernières heures écoulées)

SANCTIFICATION

Se laisser **Illuminer, instruire** par la liturgie de la Parole
Recevoir dignement et pieusement le Corps du Christ
Rayonner la Charité (*mission* jusqu'à la prochaine messe)

Mission: Rayonner la Charité du Christ

"Celui qui demeure dans l'amour demeure en Dieu et Dieu en Lui" (1 Jn 4,16)



"Cherchez à imiter Dieu...vivez dans l'amour (Eph 1)

Jésus "vient à nous corporellement pour continuer son œuvre en nous et à travers nous"(Benoit XVI)

- continue son oeuvre en moi pour me sanctifier (me rendre semblable à Lui)**
- continue son oeuvre à travers moi pour que je devienne ses mains, son sourire, sa compassion auprès de mon prochain et plus particulièrement des plus pauvres**

AFIN QUE

....tout cela devienne « offrandes spirituelles agréables à Dieu par Jésus-Christ » (1 P2,5),

....et dans la célébration eucharistique rejoint l'oblation du Corps du Seigneur pour être offert en toute piété au Père.

C'est ainsi que les laïcs consacrent à Dieu le monde lui-même, rendant partout à Dieu par la sainteté de leur vie un culte d'adoration"

De la messe à la mission: consacrer à Dieu le monde



JE RECOIS LE CHRIST



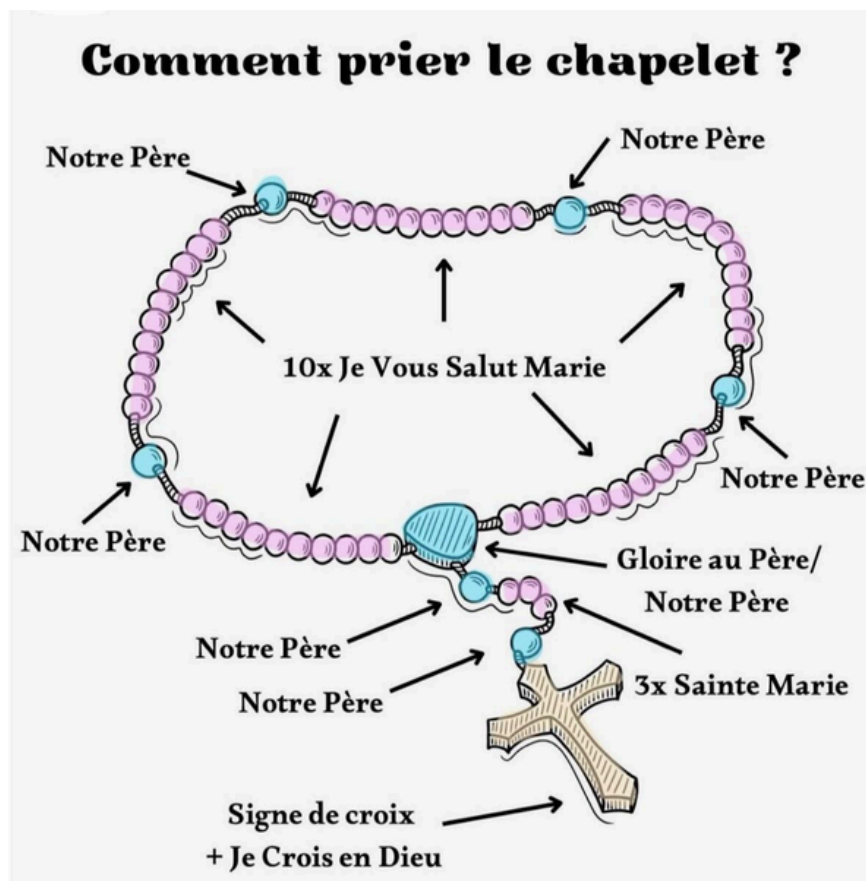
JE PORTE LE CHRIST AU MONDE



TOUT CE QUE J'AI FAIT (ENTRE 2 MESSES) REJOINT (PENDANT LA MESSE) LE SACRIFICE DU CHRIST SUR LA CROIX POUR ETRE OFFERT AU PERE



OUTILS POUR LA PRIÈRE



Liturgie des heures

La liturgie des Heures est la prière quotidienne de l'Église qui sanctifie la journée à travers les psaumes et la Parole de Dieu. En la priant, nous nous unissons à tous les chrétiens, prêtres, religieux et laïcs, qui, partout dans le monde, prient les mêmes textes au même moment.

On peut retrouver facilement les lectures et les psaumes sur le site ou l'application AELF.

Heures :

Office des lectures	Fin de la nuit / début de l'aube
Laudes	7h
Tierce	9h
Sexte	12h
None	15h
Vêpres	19h
Complies	Fin de soirée / avant le coucher



Diocèse de Saint-Denis-en-France
Paroisse Notre-Dame de l'Assomption
Paroisse Saint-Vincent de Paul
 93420 VILLEPINTE



Initiation à la Lectio Divina

Méthode de prière : Lecture amoureuse de la Bible qui la transforme de simple texte en rencontre personnelle avec Dieu

Les Quatre Étapes Clés :

Étape	Description	Symbole
Lectio (Lecture)	<p>Lectio (Lecture) - "Que dit le texte ?"</p> <p>C'est la prise de contact. Lire lentement le texte 2-3 fois. Première lecture : écoute les mots comme une histoire 2/ Note les mots qui résonnent 3/ quel mot ou phrase te touche le plus</p>	Les yeux : voir le texte.
Meditatio (Méditation)	<p>Meditatio (Méditation) - "Que me dit le texte ?"</p> <p>Ce n'est pas une réflexion intellectuelle complexe. Relire et "ruminer" : se poser des questions comme "Que dit ce texte ? Qu'est-ce que Dieu me dit personnellement ?" (dans ma vie : soucis, joie... ? . Relie à ta vie.</p>	Le cœur : digérer la Parole.
Oratio (Prière)	<p>Oratio (Prière) - "Que dis-je à Dieu en réponse ?"</p> <p>C'est le dialogue. Puisque Dieu m'a parlé à travers ce mot, cette phrase, je lui réponds. Répondre à Dieu avec ton cœur : louange, offrande (je t'offre...) action de grâce (merci pour...), demande (s'il-te-plait...), repentir, confession (pardon pour...). C'est un dialogue intime. Parle à Dieu comme à un ami : Exemple selon ton mot clé : « N'aie pas peur, je suis avec toi » "Seigneur, donne-moi s'il-te-plait la force </p>	Les lèvres : parler à Dieu.
Contemplatio (Contemplation)	<p>Contemplatio (Contemplation) - "La conversion du regard"</p> <p>C'est le repos. On arrête tout de parler, de réfléchir. On reste simplement en silence dans la présence de Dieu imprégné par le texte. Laisse l'Esprit Saint agir sans mots. Image : Tu es la brebis dans les bras du Bon Pasteur</p>	L'âme : union silencieuse.
Actio.	Comment ma vie va changer concrètement aujourd'hui <u>suite</u> à cette lecture	

Les 6 positions de prières dans la Bible



01

ASSISE

Lorsque j'entendis ces choses, je m'assis, je pleurai, et je fus plusieurs jours dans la désolation. Je jeûnai et je priai devant le Dieu des cieux.
Néhémie 1:5



02

AGENOUILLÉ

Puis il s'éloigna d'eux à la distance d'environ un jet de pierre, et, s'étant mis à genoux, il pria.
Luc 22:41



03

FACE CONTRE TERRE

Il va un peu plus loin, il se jette par terre, le front contre le sol. Et il prie en disant: « Mon Père, si c'est possible, éloigne de moi cette coupe de souffrance! Pourtant, ne fais pas comme je veux, mais comme tu veux!
Matthieu 16:39

04

PROSTERNÉ

Mais moi, par ta grande miséricorde, je vais à ta maison, Je me prosterne dans ton saint temple avec crainte
Psaumes 5:7



05

MAINS LEVÉES

Moïse répond: « Dès que je serai sorti de la ville, je lèverai les mains vers le Seigneur pour le prier. Le tonnerre et la grêle s'arrêteront. Alors tu sauras que la terre appartient au Seigneur.
Exode 9:29



06

DEBOUT

Et quand vous êtes debout pour prier, pardonnez à ceux qui vous ont fait du mal. Alors votre Père qui est dans les cieux vous pardonnera aussi vos fautes.
Marc 11:25

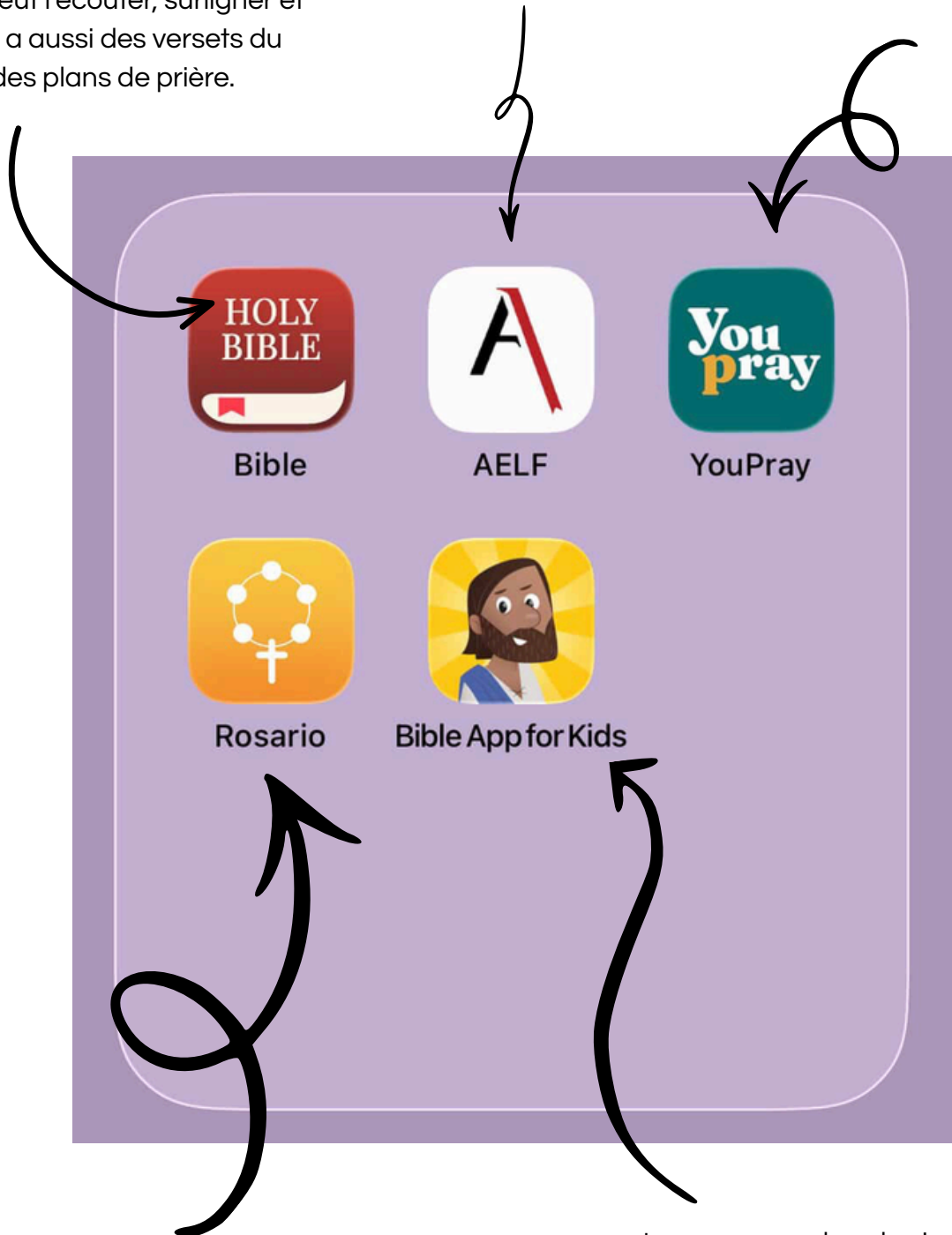


APPLICATIONS À AVOIR

Application de prière qui propose des méditations guidées à partir de la Parole de Dieu. Elle aide à prendre un temps de silence, à écouter l'Évangile et à laisser la Parole rejoindre concrètement notre vie.

Textes officiels de la liturgie catholique en français. On peut retrouver les lectures de la messe, la liturgie des Heures, les psaumes et les prières du jour.

La bible en entière dans différentes langues (on peut l'écouter, surligner et méditer). Il y a aussi des versets du jours et des plans de prière.



Application pour prier le chapelet à plusieurs. Elle explique les différents mystères et aide a comprendre les différents étapes du chapelet.

Les passages les plus importants de la Bible expliqués de manière ludique avec des images et des activités



24H POUR LE SEIGNEUR

Vendredi 28 mars- Samedi 29 mars

Vendredi 28 mars
ouverture des 24h pour le Seigneur

17h45 : office des vêpres à SVP

18h : chemin de croix suivi de la messe à SVP

à partir de 20h : louange et nuit d'adoration eucharistique
à SVP animée par les jeunes

23h30 : office des complies à SVP

Samedi 29 mars
Journée pénitentielle

5h30 : office des vigiles à SVP

8h: office des laudes puis clôture de l'adoration avec bénédiction

9h45 : office de tierce et confessions à SVP

12h : fin des confessions à SVP et office de sexte

14h30: office de none et confessions à NDA

16h30 : fin des confessions et chapelet à NDA

18h : clôture 24h pour le Seigneur et messe anticipée des Rameaux
à NDA

SEMAINE SAINTE

Dimanche des Rameaux

- Samedi 29 mars Messe anticipée des Rameaux à 17h30 à St Marie, à 18h00 à NDA
- Dimanche 30 mars messe des Rameaux : à 8h et 11h à SVP, à 9h30 à NDA



Messe chrismale

Mardi 31 mars

- 19h à la Basilique-cathédrale de St-Denis

Jeudi Saint

Jeudi 2 avril

- 17h30 à La Chapelle St Marie
- 19h à SVP
- 20h à NDA



Vendredi Saint

Vendredi 3 avril

- 15h chemin de croix à NDA suivi de l'office de la Passion
- 18h chemin de croix à SVP suivi de l'office de la Passion
- 16h30 chemin de croix suivi de l'office de la Passion à St Marie



Samedi Saint

Samedi 4 avril

- 11h rite de Effata chapelle Sainte Marie

Veillée Pascale

Samedi 4 avril

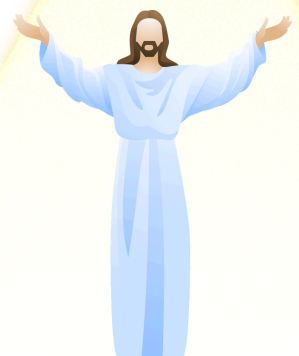
- 17h30 à La Chapelle St Marie,
- 20h30 à NDA et SVP



Dimanche de Pâques

Dimanche 5 avril

- 9h30 à NDA
- 11h à SVP



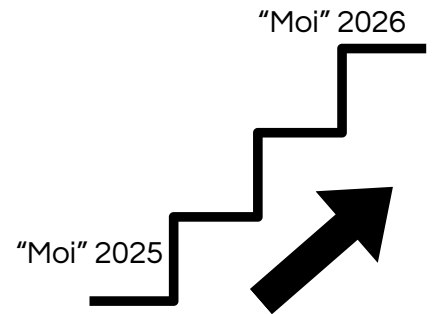
ET APRÈS PÂQUES ?

Le Carême n'était pas un défi spirituel. C'était un chemin.

Pâques n'est pas la fin du parcours. C'est un passage.

Durant ces semaines, tu as peut-être :

- découvert une manière nouvelle de prier,
- posé un acte concret de charité,
- appris à écouter davantage,
- identifié une résistance en toi,
- accueilli un peu plus l'amour de Dieu.



Ne laisse pas cela s'effacer :



Qu'est-ce qui a changé en moi ?



Qu'est-ce que je veux continuer ?



Quelle est la "version 2026" de moi-même que Dieu commence déjà à faire naître ?

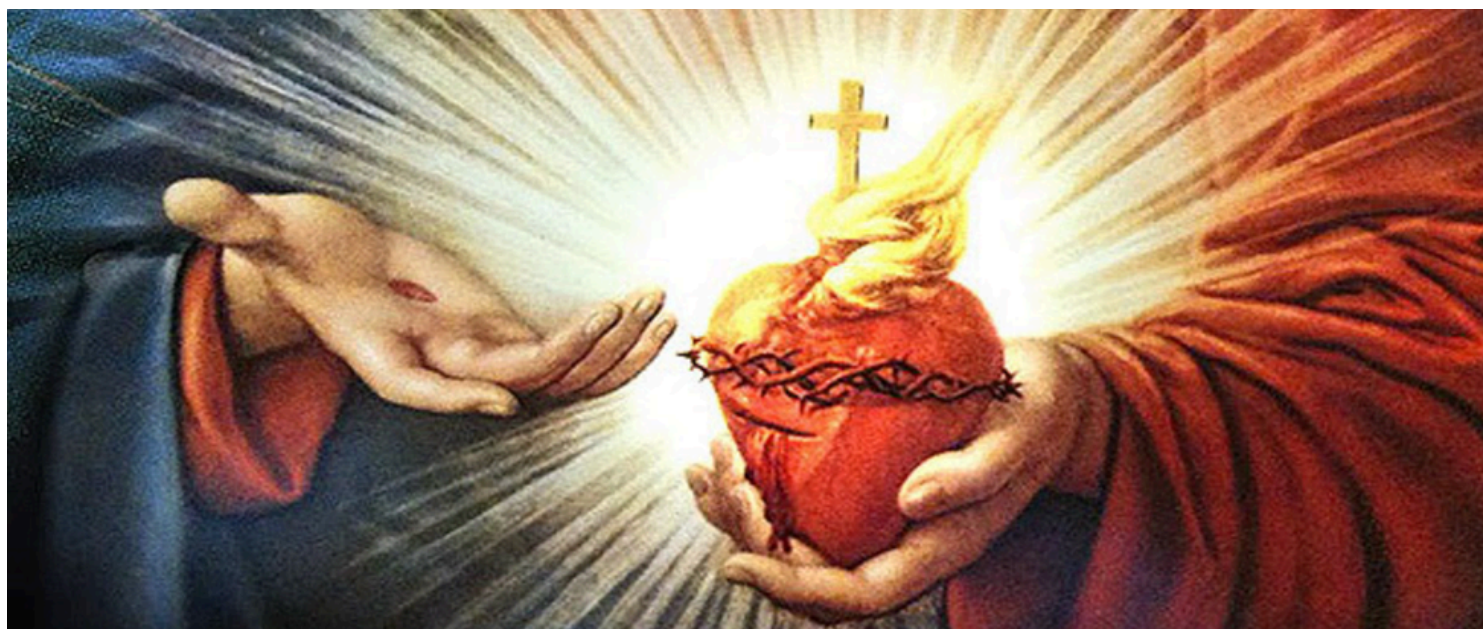
Pâques nous rappelle une vérité essentielle : la vie est plus forte que la mort.

Continue le chemin, **PAS APRÈS PAS POUR DEVENIR SAINT.**

Evenement à venir :

Consécration des paroisses de Villepinte au SACRE-COEUR DE JESUS

Vendredi 12 juin 2026

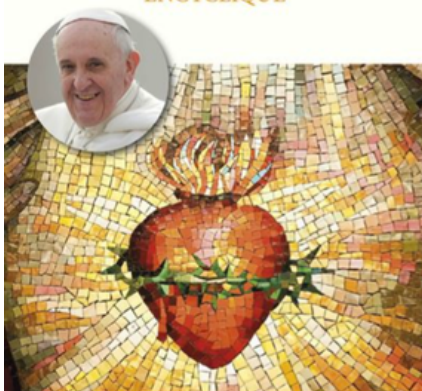


consécration personnelle
et familiale possible
en présence des reliques de
Sainte Marguerite-Marie
(plus d'infos à venir)



Pape François

Il nous a aimés
ENCYCLIQUE



Conférences sur l'encyclique
"DILEXIT NOS"
consacrée au Sacré-Coeur de Jésus

Intervenant: père Martin PRADERE,
spécialiste spiritualité du Sacré-Coeur et co-
auteur "Bible du Coeur de Jésus"