

▪ **Vendredi saint (7 avril) à 11 h**

**« Sauve-toi toi-même, descends de la croix ! »**

Sur la croix, Jésus est impuissant, bafoué, outragé ; sa mission est tournée en dérision, au risque de laisser penser qu'il nous a trompés... Ultime humiliation où se révèle la liberté intérieure du Christ et son obéissance à son Père. En se laissant humilier sans chercher à se justifier, le Christ nous enseigne que la vraie humilité est celle du serviteur. En vénérant la croix, chacun est invité à se laisser interroger : « Comment puis-je emprunter aujourd'hui ce chemin si difficile ? »

▪ **Samedi saint (8 avril)**

**à 11 h**

**« Rentrez en votre cœur ! »**

C'est saint Augustin qui nous adresse cet appel passionné. En contemplant la pierre qui ferme le tombeau, nous nous préparons à une Pâque intérieure. Bientôt la pierre qui ferme notre cœur sera roulée. Si la force de la Résurrection nous fait sortir de nous-mêmes, il convient de commencer par retrouver ce lieu intérieur où le Christ désire nous rencontrer. C'est le temps du Samedi Saint. Le Christ, au plus intime de nous, nous interroge : « Où veux-tu aller loin de toi ? »

**à 16 h**

**« Soyez sans crainte ! »**

Les anges et Jésus Ressuscité exhortent les femmes qui viennent au tombeau à ne plus avoir peur. Le Ressuscité ne vient pas supprimer les difficultés de notre vie mais il nous donne la force de les traverser : la peur se change en courage. « Sur Dieu, je prends appui : plus rien ne me fait peur ! » prie le psalmiste (Ps 55, 12). La Veillée pascale prépare notre cœur à répondre au Ressuscité qui vient à notre rencontre dans notre quotidien en nous demandant : « Qui cherches-tu ? »



**Abbaye de La Rochette**

**Carême  
2023**

Toutes ces propositions se déroulent dans l'église de l'Abbaye de La Rochette et sont à retrouver sur [www.abbayedelarochette.fr](http://www.abbayedelarochette.fr)

*Lecture spirituelle*

*à partir d'une des lectures de la messe du dimanche*

**Chaque vendredi de carême**

**Vendredi 24 février et 3 – 10 – 17 – 24 – 31 mars**

|                |  |
|----------------|--|
| <b>17 h 25</b> | Office des <b>Vêpres</b>   |
| <b>18 h 00</b> | Exposition du <b>Saint Sacrement</b><br>jusqu'à 20 h 30                              |
|                | Possibilité de <b>se confesser</b> (18 h – 19 h 30)                                  |
| <b>19 h 30</b> | <b>Lecture spirituelle</b> pour interioriser<br>une des lectures du dimanche suivant |
| <b>20 h 00</b> | <b>Adoration eucharistique</b> silencieuse   |

**Chacun arrive et repart quand il veut...**

## Cultiver la bienveillance

### Retraite à partir de l'encyclique *Fratelli tutti* sur la vie fraternelle

Nous faisons tous l'expérience qu'un dialogue en vérité est souvent difficile. Le carême est l'occasion de convertir notre façon de nous écouter, de nous accueillir, de dialoguer entre nous pour construire une culture de la rencontre. Cela suppose de veiller sur le bien de l'autre, d'être bienveillant, attitude qui trouve sa source en Dieu.

**vendredi 24 mars (\*) – dimanche 26 mars (16 h)**

(\*) Plusieurs heures d'arrivée possibles, pour tenir compte des contraintes de chacun

## 24 heures pour le Seigneur

À l'initiative du pape François, depuis 2014, 24 heures pour :

- mettre la prière au cœur du Carême ;
- avoir la possibilité de vivre un temps pénitentiel.

**Vendredi 17 mars 11 h 30 messe**

Exposition du Saint Sacrement :  
- vendredi de 12 h 30 à 20 h 30  
- samedi de 9 h à 11 h 30

**Samedi 18 mars 11 h 30 messe pour conclure les 24 heures**

Possibilité de :

- prier les différents offices avec la communauté bénédictine
- prier silencieusement devant le Saint Sacrement

## Triduum pascal

4 conférences, indépendantes les unes des autres,  
pour vivre plus intérieurement le Triduum pascal

**« Renonçant à la joie qui lui été proposée,  
Jésus a enduré la croix »**

*Hébreux 12, 24*



Le Triduum pascal est l'occasion de contempler plus intérieurement ce mystère d'amour. Nous avancerons sur le chemin spirituel que nous fait emprunter la liturgie durant ces trois jours.

Saisis par l'abaissement du Christ (Jeudi Saint), nous le contemplerons humilié à cause de notre refus de nous ouvrir à son amour (Vendredi Saint).

Nous laissant alors interroger sur notre réelle volonté d'enraciner notre vie en lui (Samedi Saint), nous pourrions laisser jaillir notre cri de joie pour l'espérance qu'il renouvelle en nous et à travers nous (Veillée pascale).

▪ **Jeudi saint (6 avril) à 16 h 30**

**« Non, jamais ! »**

Tel est le cri de Pierre alors que Jésus veut lui laver les pieds. Déjà quand Jésus l'avait appelé il s'écriait : « Éloigne-toi de moi ! » La dernière parole que Jésus entendra de lui avant sa mort : « Je ne connais pas cet homme. » Pierre résiste face à cet amour que le Christ lui manifeste sans mesure, sans mérite de sa part. La liturgie du Jeudi Saint nous conduit à ce même saisissement : « Comment toi, le Christ, peux-tu te mettre à genoux devant moi ? »