



## « Du bon pain à partager ! »

Apprendre à son enfant que le pain rassemble les familles et nous aide à grandir...

### POURQUOI LES CHRÉTIENS SE RASSEMBLENT-ILS POUR PARTAGER LE PAIN DE VIE ?

#### Parce que Jésus Lui-même les y invite

«Vous ferez cela en mémoire de moi » (Luc 22,19) ... Ressuscité, Jésus vit parmi nous et nous invite à ce rendez-vous où Il nous rassemble, nous parle et se donne à nous avec amour ! Comment refuser pareille invitation ?

#### Pour fêter et raviver leur espérance

Ce rendez-vous permet à la grande famille des chrétiens de souligner avec joie la Résurrection de Jésus Christ : l'Eucharistie est un repas de fête ! La Vie est plus forte que la mort... Il fait bon se réunir pour se redire cette grande nouvelle et en imprégner notre quotidien de joie et d'espérance ! Un cadeau à s'offrir !

#### Pour resserrer leurs liens avec DIEU, être en « communion » avec Lui

« Quand on s'aime beaucoup, quand on se comprend bien, on est en communion. Quand on partage un rêve, un projet et qu'on essaie ensemble de le réaliser, on est en communion. Dieu notre Père, son Fils Jésus et le Saint-Esprit veulent être en communion avec nous. C'est pour mieux vivre cette communion que les sacrements nous sont offerts. » [1]

Voilà pourquoi tant de chrétiens se déplacent pour prendre du temps avec Dieu. Il faut bien se côtoyer et passer du temps ensemble pour se rapprocher, s'aimer et se comprendre ! La lecture des Évangiles, Parole de Dieu, ancre solidement en nous la certitude de son Amour et nous permet d'approfondir notre compréhension des rêves et des projets qu'Il veut partager avec nous. Et l'Eucharistie, c'est-à-dire la Communion, nous permet de vivre un moment de grande intimité avec Jésus Christ, présent dans son Pain de vie. Aux yeux de nombreux chrétiens, c'est la plus grande caresse que Dieu puisse nous faire.

#### Pour resserrer leurs liens avec LES AUTRES, être en « communion » avec eux

« Être en communion », c'est s'aimer, s'entraider, partager, s'encourager, se parler, se connaître. Pour cela, il faut se rencontrer... Lorsqu'on se rassemble pour partager le Pain de vie, il est bien difficile d'agir de façon égoïste. Prier ensemble tisse des liens très forts. Beaucoup de prières sont formulées avec le « nous », ce qui rend difficile le repli sur soi-même. Puis, lorsque nous partageons le Pain de Vie, lorsque nous partageons d'un seul cœur la Vie et l'Amour de Jésus Ressuscité, les liens se resserrent et nous sommes davantage en communion, avec Lui et avec les autres.

Se rassembler pour partager le Pain de Vie, c'est aussi être en lien avec tous ceux et celles qui, à travers le monde, communient au Pain de Jésus. Voilà l'Église. Nous allons communier pour mieux nous aimer, pour mieux réaliser le même rêve, le rêve de Dieu. Un rêve d'unité et de paix. L'Eucharistie nous unit au Christ et nous unit entre nous. Elle nous rend solidaires et nous invite à l'Amour au quotidien - partout et en tout temps.

#### Pour aller chercher des forces plus grandes que les leurs quand aimer devient « sur-humain »

Par notre baptême, nous sommes appelés à aimer comme Jésus Christ... Un défi sur-humain ! Parce qu'Il le sait, Jésus se donne à nous dans l'hostie. En communiant, c'est l'Amour de Dieu, c'est Jésus Ressuscité vraiment présent dans son Pain de Vie, qui vient habiter en nous. Cela nous rend capables de vivre en chrétiens engagés et d'être des signes de l'Amour de Dieu dans le monde. Le Seigneur refait nos forces. Il le fait pour nous envoyer en mission. Par l'Eucharistie, Dieu nourrit notre âme, comble nos besoins spirituels et nous transforme pour que nous soyons comme Jésus, semeurs d'unité et de paix. « Allez, dans la Paix du Christ. »... Une invitation... Un envoi... Un défi possible à relever grâce à l'Eucharistie !

#### Pour remercier Dieu pour tout ce qui, au jour le jour, leur apporte joie et bonheur

[1] Tiré de Un repas à partager (Note bibliographique 15)

## L'EUCCHARISTIE : CE QUE NOUS CROYONS

**Nous croyons** que c'est Jésus Lui-même qui a institué l'Eucharistie lors du dernier repas pris avec ses disciples (Matthieu 26, 26-29).

**Nous croyons** que l'Eucharistie est un moyen choisi par Jésus pour rester avec nous, pour rester « en » nous, jusqu'à la fin des temps.

**Nous croyons** qu'au moment de la consécration, le pain et le vin deviennent vraiment, sous l'action de l'Esprit Saint, le Corps et le Sang de Jésus Christ. Cela se produit lorsque le prêtre dit : « Prenez, et mangez en tous: ceci est mon corps livré pour vous... Prenez, et buvez en tous, car ceci est la coupe de mon sang, le sang de l'Alliance nouvelle et éternelle, qui sera versé pour vous et pour la multitude en rémission des péchés. Vous ferez cela en mémoire de moi. » À ce moment-là, Jésus Ressuscité vit dans le Pain consacré. C'est ce qu'affirme la personne qui donne la communion quand elle dit: « Le corps du Christ », et c'est ce que nous déclarons croire lorsque nous répondons : « Amen ». Cela explique l'amour et le très grand respect que nous inspire le Pain consacré, puisque nous sommes devant le Christ Lui-même qui se donne à nous.

**Nous croyons** que nous revivons la Mort et la Résurrection de Jésus à chaque consécration du pain et du vin, et nous nous émerveillons devant l'Amour de Dieu qui transforme la mort en plus de Vie !

**Nous croyons** que ce Dieu qui a fait jaillir la Vie au cœur de la mort peut encore aujourd'hui transformer souffrances et morts en Vie. Voilà pourquoi, au moment de la consécration, nous sommes tous invités à offrir à Dieu ce que nous avons vécu au cours de la semaine - joies, projets, défis, fatigues et peines - afin qu'Il les transforme en plus d'Amour, en plus de Vie. Il nous donne aussi le courage de porter nos épreuves

**Nous croyons** ainsi que, grâce à l'Eucharistie, notre vie de tous les jours, offerte avec celle de Jésus, prend une valeur sur-naturelle.

### L'EUCCHARISTIE PEUT DONNER UN SENS À NOS DIFFICULTÉS, À NOS SOUFFRANCES

Au lieu de simplement subir les moments difficiles de notre vie, au moment de la consécration, confions-les à Dieu pour qu'il en retire du bien ! Dieu peut tout ! De la même façon qu'il transforme la mort en Vie, Il peut transformer nos petites morts (nos peines, nos souffrances, nos difficultés, nos déceptions) en Vie et en bonheur, pour nous et pour les autres. Tout ceci peut donner un sens aux moments plus pénibles de notre vie.

Nous sommes malades ? Nous souffrons de l'attitude de ceux qui nous entourent ? Nous sommes victimes d'injustice ? Pensons à présenter à Dieu ces souffrances et à Lui demander avec confiance d'en faire du bien là où Il le voudra et quand Il le voudra.

Si nous sommes capables de **recycler** ainsi **notre souffrance en la confiant à Dieu**, nous aurons la joie de savoir qu'elle servira au moins à quelque chose ou à quelqu'un... Oui, si nous la Lui offrons, Dieu saura la transformer ! À travers Dieu, voilà un don pour l'humanité !



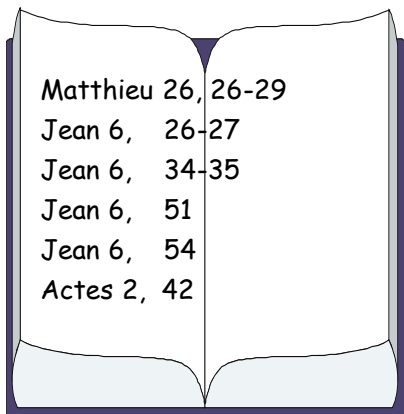
« Je suis le pain de vie, dit le Seigneur, celui qui vient à moi n'aura plus jamais faim, celui qui croit en moi n'aura plus jamais soif. » (Jean 6,35)

Dieu apaise toutes nos faims.  
Nos faims d'amour, de partage, de divin...  
Et Il nous invite à apaiser avec Lui  
celles des autres.

### COMMUNIER OU NE PAS COMMUNIER ?

Il peut arriver, pour une raison ou pour une autre, que nous ne nous sentions pas en état de communier... Heureusement, dans ces moments-là, nous pouvons faire une *communion spirituelle*. Il s'agit tout simplement de dire à Jésus, au plus profond de notre cœur, combien nous L'aimons et combien nous aimerions Le recevoir pour apprendre à Lui ressembler davantage... N'importe qui peut, tout au long de la journée, faire des *communions spirituelles* en travaillant, en conduisant, en se reposant. C'est un excellent moyen de rester en contact avec Jésus et de faire grandir notre désir de Le recevoir.

Sainte-Thérèse-de-Jésus disait : « Lorsque vous ne recevez pas la communion à la Messe que vous entendez, communiquez spirituellement, c'est là une méthode très avantageuse [...]; vous imprimerez ainsi en vous un amour profond pour notre Seigneur ».



## POURQUOI LES PETITS DOIVENT-ILS ATTENDRE AVANT DE COMMUNIER ?

Pour que notre enfant puisse saisir l'importance et la grandeur du geste qu'il pose en communiant, il doit d'abord apprendre à connaître Jésus et son projet d'Amour. Il faut aussi qu'il soit assez vieux pour *doucement commencer à découvrir* que Jésus est présent dans ce petit bout de Pain consacré...

### DES MOTS POUR EXPLIQUER À NOTRE TOUT-PETIT L'IMPORTANCE DU PAIN DE TABLE... ET CELLE DU PAIN DE VIE !

Si tu le veux bien, on va parler du bon pain que l'on mange en famille ! Sais-tu avec quoi on fait du pain ? Avec du blé. On commence par planter des petits grains de blé dans la terre, puis on attend, on attend, on attend... Il faut être patient ! Et quand le blé a bien poussé, on le ramasse. Puis on l'écrase et on l'écrase pour en faire de la belle farine (*en montrer*) et c'est avec cette farine que l'on fait du pain !

Quand on mange du pain, on est souvent autour d'une table avec papa, maman, nos frères, nos sœurs et, parfois même, avec des amis ! Alors, on peut partager le pain avec ceux qu'on aime ! Souvent, c'est un beau moment ! Un moment de joie ! Un moment où on se sent bien.

Tu sais, ça fait très, très longtemps que les familles et les amis se réunissent comme ça autour d'une table pour partager le pain. Regarde !

#### À l'aide des dessins

☐ *Montrer le dessin de la famille d'aujourd'hui.* Sur ce dessin, on voit une famille qui ressemble à notre famille ! Les personnes sont réunies autour de la table et elles partagent du bon pain ! Du pain comme celui-ci : *montrer le dessin de la miche de pain.* Elles parlent, elles mangent, elles rient et ensemble, elles mangent du pain. Elles ont l'air bien ensemble !

☐ *Montrer le dessin de la famille au temps de Jésus.* Regarde maintenant ce dessin... C'est une famille du temps de Jésus. Les vêtements sont différents : ici (*famille d'aujourd'hui*), la maman a des talons hauts et ici, des sandales; cette maman porte un voile et ici, non... Regarde aussi : ce papa porte des lunettes alors que, dans le temps de Jésus, les lunettes n'existaient pas, etc.

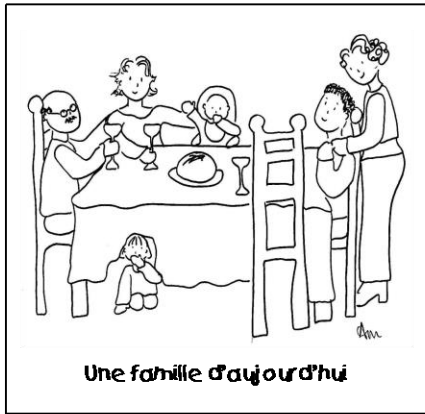
Et il y a une autre différence : le pain non plus n'est pas le même ! Dans le temps du Jésus, on mangeait surtout de ce pain-là : *montrer le dessin du pain pita.* Ça s'appelle du pain pita et c'est ce pain que l'on partageait en famille avec ceux que l'on aimait...

Une chose n'a pas changé : dans le temps de Jésus, tout comme aujourd'hui, les familles aimaient beaucoup être ensemble pour partager le pain. On se sent souvent bien quand on partage le pain en famille !

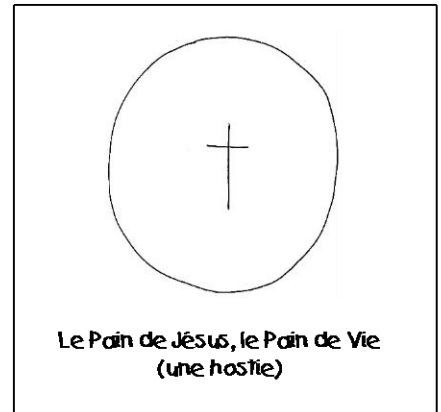
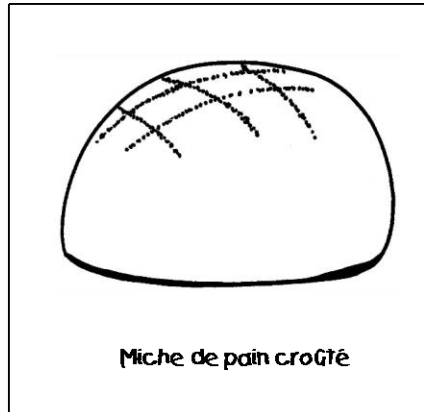
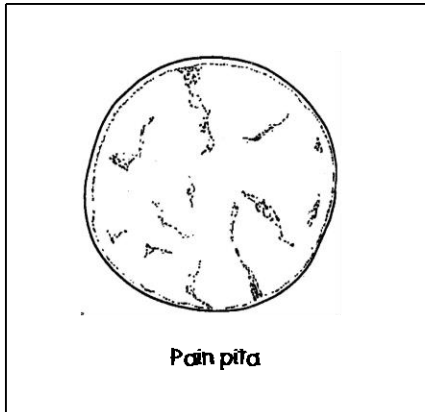
☐ *Montrer le dessin de la famille rassemblée autour de l'autel.* Tu sais, tous les amis de Jésus font partie d'une grande famille. Toi, moi, *nommer des personnes importantes pour l'enfant*, nous faisons tous partie de la même famille : la famille des amis de Jésus ! Eh bien, la grande famille des amis de Jésus aime elle aussi se réunir pour partager le Pain. Les amis de Jésus se rencontrent à l'église, ils lisent son grand Livre d'Amour, ils chantent, ils prient et ils partagent le Pain de Jésus, le Pain de Vie... C'est un pain très, très spécial ! Il est rempli de l'Amour de Jésus !

Regarde ! *Montrer le dessin de l'hostie.* On appelle ce pain une hostie et c'est ce pain -le Pain de Jésus, le Pain de Vie- que partage la grande famille des amis de Jésus quand ils vont à l'église. Quand on mange ce pain à l'église, il est tout rempli de l'Amour de Jésus !

# Devine quel pain va sur quelle table !



## Toutes les familles aiment partager le pain autour d'une table



### DES MOTS D'ENFANT POUR EXPLIQUER DES DIFFÉRENCES IMPORTANTES ENTRE LE PAIN DE TABLE ET LE PAIN DE JÉSUS...

Montrer les dessins de la miche et du pain pita. Le pain que l'on mange à la maison aide **notre corps** (montrer son corps) à devenir grand : il nous aide à devenir forts et à courir vite !

Montrer le dessin de l'hostie. Le pain de Jésus, le Pain de Vie, que l'on mange à l'église aide **notre cœur** (pointer son cœur) à devenir grand : il nous aide à aimer beaucoup, comme Jésus !

La miche et le pain pita, on peut les manger même quand on est tout petit. Mais le pain de Jésus, c'est un pain spécial et il faut attendre d'être un peu plus grand pour le manger. On attend d'être plus grand parce qu'il faut bien préparer son cœur pour manger de ce pain : il faut apprendre à bien connaître Jésus... Si l'enfant souligne que ce pain s'achète aussi au magasin (retailles d'hosties), simplement dire qu'à l'église le prêtre fait une prière spéciale pour demander à Dieu de remplir ce pain de l'Amour de Jésus. Celui du magasin est différent : il n'est pas rempli de l'Amour de Jésus.

### ...ET POUR SOULIGNER L'IMPORTANCE DU PARTAGE

Tu sais, le pain c'est très important parce que ça nous aide à grandir ! Et c'est pour ça qu'il faut le partager avec tous ceux qui ont faim ! C'est important que tout le monde ait du pain pour manger !  
(Cette remarque s'applique autant au pain de la maison qu'à celui de Jésus.  
Les petits le comprendront un jour... Pour le moment, c'est un peu compliqué !)

## « DONNE-NOUS AUJOURD'HUI NOTRE PAIN DE CE JOUR »

Ces paroles du « Notre Père » ont été enseignées par Jésus Lui-même à ses apôtres qui Lui demandaient comment prier...

Oui ! Demandons à Dieu, notre Père, de nous donner notre pain à chaque jour, celui qui nourrit le corps bien sûr, mais aussi celui qui fait grandir le cœur et nourrit l'âme...

Que nous ayons tout ce qu'il faut pour vivre dignement et pour que grandissent notre cœur et notre âme !

Apprenons à Lui faire confiance, Lui qui sait, parfois mieux que nous, ce dont nous avons besoin...



Merci mon Dieu pour le blé et pour le pain.  
Merci pour ma famille  
et pour la grande famille des amis de Jésus.  
Aide-moi à partager mon pain  
avec ceux qui ont faim.  
AMEN !



CD-3  
Chantons La P'tite Pasto  
26-27-28-29

ENSEMBLE,  
CUISINONS DU BON PAIN ET PARTAGEONS !

### Recette de petits pains maison

2 tasses de farine  
1 c. à table de poudre à pâte  
1 pot de fromage à la crème  
(type Philadelphia blanc) - 250 gr.  
1/2 tasse de lait

Mesurer les 3 premiers ingrédients.  
Couper le fromage dans la farine  
à l'aide de deux couteaux  
jusqu'à ce que la préparation soit granuleuse.  
Ajouter le lait et remuer  
jusqu'à ce que la pâte se tienne bien.

Étendre la pâte (2 cm d'épaisseur)  
sur une planche enfarinée.  
Couper 10 à 12 carrés.

Mettre en boule. Cuire à 425° - de 10 à 15 minutes.

Bon appétit !

