

ÉTAPE 1

Christ est vivant

*"Vous avez tué
le Prince de la vie,
lui que Dieu a ressuscité
d'entre les morts,
nous en sommes témoins"*

Ac 3, 15

À Pâques nous célébrons la résurrection du Christ. Depuis l'apôtre Pierre, l'Eglise continue d'annoncer cette Bonne Nouvelle. *"Si Christ n'est pas ressuscité, notre prédication est donc vaine, et votre foi aussi est vaine"* 1 Co 15,14. Prenons le temps dans cette première étape d'enraciner notre foi en Lui.



Accueillir l'Esprit-Saint

On peut commencer par un chant à l'Esprit-Saint :

Viens, Esprit de sainteté 

Esprit de lumière, Esprit créateur 

Viens embraser nos cœurs 

Souffle imprévisible 



Être à l'écoute de la Parole : les discours de Pierre

On peut lire l'une ou l'autre proposition :

- Les 5 premiers chapitres des Actes des Apôtres [Ac 1-5](#) 
- Ou les passages suivants : [Ac 2, 14-36](#)  [Ac 3, 11-26](#)  [Ac 4, 1-14](#) 



Contempler
le mystère du Christ
devant cette icône
de la résurrection





Et dans ma vie ?

Prendre quelques instants de méditation avec les questions suivantes :

- Pour moi qui est le Christ ?
- Comment je perçois sa présence dans sa Parole, dans les sacrements, avec mes frères et sœurs... ?
- La résurrection change-t-elle quelque chose dans ma vie ?
- Comment je témoigne du Christ ?



Nourrir ma réflexion

Extrait de l'homélie du pape François du samedi saint, 11 Avril 2020.

A l'aube, les femmes vont au sépulcre. Là l'ange leur dit : « Vous, soyez sans crainte. Il n'est pas ici, il est ressuscité » (v.5-6). Devant une tombe, elles entendent des paroles de vie... Et ensuite elles rencontrent Jésus, l'auteur de l'espérance, qui confirme l'annonce et dit : « Soyez sans crainte » (v. 10). N'ayez pas peur, soyez sans crainte : voici l'annonce d'espérance. Elle est pour nous, aujourd'hui. Aujourd'hui ! Ce sont les paroles que Dieu nous répète dans la nuit que nous traversons.

Cette nuit nous conquerrons un droit fondamental, qui ne nous sera pas enlevé : le droit à l'espérance. C'est une espérance nouvelle, vivante, qui vient de Dieu. Ce n'est pas un simple optimisme, ce n'est pas une tape sur l'épaule ou un encouragement de circonstance, avec un sourire fuyant. Non ! C'est un don du Ciel que nous ne pouvons pas nous procurer tout seuls. Tout ira bien, disons-nous avec ténacité en ces semaines, nous agrippant à la beauté de notre humanité et faisant monter du cœur des paroles d'encouragement. Mais, avec les jours qui passent et les peurs qui grandissent, même l'espérance la plus audacieuse peut s'évaporer. L'espérance de Jésus est autre. Elle introduit dans le cœur la certitude que Dieu sait tout tourner en bien, parce que, même de la tombe, il fait sortir la vie.

La tombe est le lieu d'où celui qui rentre ne sort pas. Mais Jésus est sorti pour nous, il est ressuscité pour nous, pour apporter la vie là où il y avait la mort, pour commencer une histoire nouvelle là où on avait mis une pierre dessus. Lui, qui a renversé le rocher à l'entrée de la tombe, peut déplacer les rochers qui scellent notre cœur. Par conséquent, ne cédon pas à la résignation, ne mettons pas une pierre sur l'espérance. Nous pouvons et nous devons espérer, parce que Dieu est fidèle. Il ne nous a pas laissé seuls, il nous a visité : il est venu dans chacune de nos situations, dans la souffrance, dans l'angoisse, dans la mort. Sa lumière a illuminé l'obscurité du sépulcre : aujourd'hui il veut rejoindre les coins les plus obscures de la vie. Sœur, frère, même si dans ton cœur tu as enseveli l'espérance, ne te rends pas : Dieu est plus grand. L'obscurité et la mort n'ont pas le dernier mot. Confiance, avec Dieu rien n'est perdu.



Louer le Seigneur

On peut terminer par un chant de louange

Criez de joie, Christ est ressuscité 

Christ est vraiment ressuscité 