

Douze conseils pour ne pas s'ennuyer à la messe

Par Christophe Henning, Céline Hoyeau, Claire Lesegretain, Héroïse de Neuville, Guillemette de Préal et Malo Tresca, le 25/10/2019 à 06h00

C'est en s'investissant que les fidèles retrouveront le goût de l'Eucharistie.



Se préparer intérieurement

On ne va pas à la messe comme au cinéma. On y va en tant que baptisé créé « *pour*

louer, révéler et servir Dieu notre Seigneur et par là sauver son âme », comme l'écrit saint Ignace dans ses *Exercices spirituels*. Pour se rendre disponible, il est bon d'arriver en avance à la messe pour un temps d'intériorité, dans une chapelle latérale par exemple, afin d'être davantage présent à la liturgie qui va suivre. Ce moment permet de se replacer devant le Christ qui pardonne et donne sa grâce. Il peut être utile également, avant la messe, de lire les lectures du dimanche pour s'en imprégner en s'aidant des sites Internet (tels prienseneglise.fr ou prieenchemin.org), qui proposent des commentaires et des méditations contemplatives.

Saluer ses voisins

Au-delà du seul temps de la paix du Christ, prendre le temps de sourire, de serrer la main, de glisser quelques mots à ses voisins, en arrivant ou en ressortant de l'église. « *Avoir la chance de commencer une messe par une poignée de main, une chaleureuse empoignade d'épaule, cela change son message ; cela veut dire que tout le monde est bienvenu, accueilli, dans sa foi et ses différences* », témoigne Marine, 28 ans, paroissienne de l'église Saint-Maurice de Lille (Nord), qui encourage les fidèles à se présenter automatiquement et spontanément à ceux qui les entourent. « *On "communie" ainsi tous autour d'un geste simple, universel, fraternel*, poursuit-elle. *En brisant la glace, cela nous permet de ne plus être des inconnus, mais des convives reliés par ce signe discret mais chaleureux.* »

Prier avec ses pensées intérieures

Se laisser distraire par des visages connus dans l'assemblée, par les enfants de chœur, par nos flux de pensées intérieures... Comment composer avec ce travers classique, qui peut nous détourner du sens de la messe ? « *La première chose à faire, c'est d'abord d'essayer de fuir ces distractions pour se recentrer sur le mystère célébré* », conseille ce curé parisien du 15^e arrondissement. Mais si celles-ci continuent, au gré de leurs vagabondages, de nous submerger, l'Église suggère toutefois de les associer aussi à notre prière. « *On peut ainsi présenter à Dieu une personne, un problème familial, un projet...* », poursuit ce prêtre, encourageant encore les paroissiens à préparer, en amont de chaque célébration, des « *intentions personnelles particulières à confier, notamment pendant l'offertoire ou la communion* ».

Intérioriser les mots et les gestes

La liturgie est un mouvement. On y entre d'autant mieux que l'on en comprend les étapes. Prendre le temps de s'arrêter, chez soi, sur les mots et les gestes du prêtre et de l'assemblée peut aider à redécouvrir leur sens et à se laisser toucher par le mystère célébré. Car « *la prière eucharistique nous achemine, avec retenue, au cœur du mystère* », écrit Maurice Zundel. Même si la première édition date de 1926, on tirera profit à lire son *Poème de la Sainte Liturgie*. « *L'infini est là, à portée de l'esprit, au cœur de la matière transfigurée, qu'on ne peut plus voir que par les yeux de l'âme* », écrit encore le théologien suisse. Dans un langage plus simple, *Comprendre et vivre la liturgie*, de Xavier Accart (1), rédacteur en chef de la revue *Prier*, est une excellente introduction aux symboles de la messe.

Amener un proche qui n'a pas l'habitude de la messe

S'il y a une messe à laquelle l'on est particulièrement attentif, c'est celle à laquelle un proche qui n'a pas franchi la porte d'une église depuis longtemps accepte de nous accompagner. Au fond de soi, on n'espère qu'une chose : que le rendez-vous dominical soit beau, empli de chants mélodieux, vivifié par une homélie éloquente, et lui donne envie de revenir. Alors on prête une attention particulière à tout ce qui s'y passe : l'accueil des paroissiens, la qualité des lectures... Il est également utile de retenir les mots du sermon au cas où ce proche souhaiterait engager une discussion à la sortie. Une présence tierce à la messe permet de ranimer la mission d'évangélisation à laquelle nous sommes tous appelés.

Approfondir les lectures

Si l'Évangile a été lu à toute vitesse et que vous avez du mal à suivre l'homélie du jour, vous pouvez vous tourner vers d'autres ressources, qui vous aideront à prier ou à approfondir les textes pendant la messe. La revue *Prions en Église* constitue à cet égard un support riche pour approfondir les lectures. Elle tient dans la poche, et pour chaque dimanche sont notamment proposés un commentaire de l'Évangile et une méditation biblique. « *Les auteurs sont nos contemporains, des clercs, des laïcs, hommes comme femmes* », explique Karem Bustica, rédactrice en chef de la revue. « *Le but c'est que nos textes contribuent à faire résonner la parole de Dieu au plus près du croyant et de ses problématiques actuelles.* »

Se rappeler la dimension universelle de l'Eucharistie

« *Une fois encore, Seigneur, je vous offrirai sur l'autel de la Terre entière le travail et la peine du monde.* » Dans *La Messe sur le monde* (1923), le jésuite Pierre Teilhard de Chardin évoque magnifiquement l'universalité de l'Eucharistie, ce moment de mystérieuse communion où l'on peut faire mémoire de tous ceux que l'on fréquente par les affinités du cœur et de la pensée, de tous « *ceux qui m'entourent et me supportent sans que je les connaisse, ceux dont la troupe anonyme forme la masse innombrable des vivants* ». Car tous les baptisés sont unis dans le Corps du Christ, l'Église universelle. Teilhard de Chardin n'en doutait pas : dans cette masse des vivants, le Seigneur a mis « *un irrésistible et sanctifiant désir qui nous fait tous crier, depuis l'impie jusqu'au fidèle : "Seigneur, faites-nous un"* ».

Ne pas prendre les célébrations pour un spectacle

Les grands rassemblements diocésains, les célébrations en plein air, les eucharisties grandioses répondent à l'aspiration des fidèles. Mais attention : la messe n'est ni un spectacle, ni un divertissement. C'est ce que rappelait le pape François lors de ses catéchèses sur l'Eucharistie en 2017. « *Cela me procure beaucoup de tristesse quand je célèbre sur la place ou dans la basilique, et que je vois tous ces portables levés,* déplore le pape. *Nous n'allons pas à un spectacle, nous allons à la rencontre du Seigneur et le silence nous prépare et nous accompagne.* » Il n'y a donc pas de « petite messe ». Une messe « réussie » ne répond pas à des critères esthétiques ou distrayants : « *Participer à la messe, c'est vivre une autre fois la passion et la mort rédemptrice du Seigneur* », rappelle François.

Vivre un temps gratuit

Pour « quoi » va-t-on à la messe ? Qu'est-ce qui peut nécessiter cet « investissement » ? Rien : c'est un temps gratuit, comme un moment d'amitié, de présence, de disponibilité. *« Ceux qui ont l'habitude de participer chaque dimanche à l'Eucharistie ne se posent pas trop la question, explique le père Julien Dupont. Mais je vois des jeunes couples, particulièrement, pour qui il faut que la célébration soit reliée à un événement, on y va "pour" quelque chose. »* Et le curé de la paroisse Saint-Jacques des Hauts-de-Poitiers (Vienne) insiste : *« C'est un temps gratuit mais ce n'est pas du temps perdu : il faut en tirer profit. »* Se rappeler, ainsi, que la messe n'est pas rentable, mais profitable : *« C'est l'occasion de réentendre gratuitement cet appel au pardon, à la paix, à l'espérance et à l'amour que Dieu nous adresse... »*

Participer à l'animation liturgique

Apporter les offrandes, lire une lecture ou la prière universelle... Autant de services possibles pour se sentir plus investi à la messe. Depuis qu'elle chante à la chorale de sa paroisse, Elsa Repper, 24 ans, a redécouvert le sens de la liturgie : *« Souvent les chants répondent aux lectures, aux psaumes et à l'Évangile. Un texte un peu ardu au premier abord peut être rendu plus limpide grâce aux chants. Je suis aussi plus attentive aux différents temps de la messe. »*

Trop focalisé par son service, le travers serait d'en oublier l'essentiel : prier ! *« Comme les moments de recueillement sont rares, je les vis de manière plus intense que lorsque j'avais toute la messe pour le faire »*, répond la jeune femme qui estime aussi, en conséquence, mieux savourer les messes où elle ne chante pas.

Penser à la messe de semaine

Avec les enfants, la chorale joyeuse, un prêtre dynamique, la messe dominicale peut ne pas apporter cette nourriture spirituelle dont nous avons besoin. Bénédicte, mariée, mère de quatre enfants de 7 à 13 ans, reconnaît qu'il lui manque quelque chose. Ce qu'il lui faut, elle l'a trouvé dans la messe de semaine. *« Je n'y participe malheureusement pas très souvent, mais c'est un moment intense de sérénité, de paix, explique-t-elle. C'est une parenthèse dans le quotidien. »* Qui redonne le sens de l'eucharistie. Il n'y a guère plus d'une douzaine de personnes autour du prêtre qui font communauté. Chacun est présent à soi, à Dieu : *« Je suis tout entière dans la prière, c'est un moment d'intériorité formidable. »* De quoi retourner plus joyeusement encore à la messe dominicale.

Oser dire ce qui ne va pas

La messe est fondamentalement un dialogue. Plutôt que de râler en silence chaque semaine, avoir le courage de dire au curé que ses homélies sont trop longues ou à l'équipe d'animation liturgique que le chantre chante faux. Cela demande bien sûr délicatesse et humilité. Et il faut savoir créer les conditions de confiance pour pouvoir être entendu. Dans la culture catholique, trop souvent on ne dit pas les choses. Par peur de blesser. Par faiblesse ou fausse charité, qui inhibe tout esprit critique. Ou parce qu'il faut surtout encourager et soutenir les prêtres déjà peu nombreux. Pourtant, sortir d'une culture du silence, comme y invite le pape François, commence par là. C'est aussi prendre le risque qu'on vous demande de vous impliquer davantage dans la préparation de la messe...

Christophe Henning, Céline Hoyeau, Claire Lesegetain, Héroïse de Neuville, Guillemette de Préal et Malo Tresca

(1) Presses de la Renaissance, 312 p., 12,90 €.