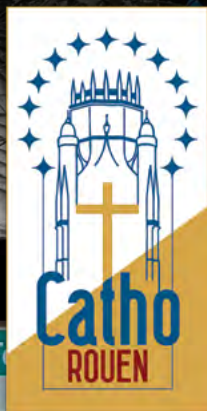


NUMÉRO SPÉCIAL



nan T w in
www.
remote controlled Motors
Garage * Rolling shutters * Bungalow Gates * Sliding Gates
Nimtolla Ghat Street, Kolkata - 700006

ESTD. - 1959

ELECTRICALS

330, 022 Francis Street, KOLKATA - 700006
M.L.D., PROMPTON, SHARP, KIRLOSKAR, OTHER MAKE SUPPLIES
Sales & Service

RE, NIMTOLLA GHAT STREET, KOLKATA - 700006



13

numéro

CARÊME 2026



**Retrouvez sur les réseaux sociaux
toutes les vidéos prises à Calcutta
pour le carême !**

N'hésitez pas à les partager à vos amis.



DIOCÈSE DE ROUEN
PAROISSES CATHOLIQUES

12 place de la Rougemare
76 000 ROUEN

cathorouen@gmail.com
07 88 24 99 06
cathorouen.org

SOMMAIRE

04

ÉDITO

06

MESSES À VENIR
sacrement des malades
& chemin de croix

10

CARÊME 2026
& témoignages Calcutta

64

SCRUTINS, APPEL DÉCISIF
& messes des rameaux

65

SEMAINE SAINTE - TRIDUUM
PÂQUES

66

LIEUX DE SERVICE
rouennais

71

MORNING SPI, SPI'ZZA
& SPIFRIDAY

73

PRIÈRES
& méditations

77

CONFÉRENCES DE CARÊME

78

RÉSEAUX SOCIAUX

ÉDITO

Père Geoffroy de la Tousche, curé.

12 place de la Rougemare - 76000 Rouen
gdltd@icloud.com



CALCUTTA un choix politique

Quand Mère Teresa a reçu le prix Nobel de la paix, son discours à Oslo fut un bouleversant hommage à la vie naissante et au drame organisé d'une civilisation qui se prend pour Dieu, en décidant la mort de ses enfants et maintenant de ses anciens. Alors proposer à des étudiants en médecine, jeunes internes, infirmière et sage-femme, de se laisser toucher par les intouchables d'un monde inconnu mais qui souffre, devint une évidence. Et une évidence politique, dans le sens de la participation active au bien commun de notre monde. Si les catholiques ne prennent pas leur croix pour changer le monde, la critique, la fatalité et le complotisme seront toujours au rendez-vous de nos malheurs. Ces quelques jours à Calcutta ont changé le monde, je le crois et je le proclamerai, par le nom du Christ Jésus, dans son Église. Précisément parce que sainte Mère Teresa a vécu dans ces épouvantables « **trous des pauvres** » (*c'est son expression*), pestilentiels et violents : ces lieux auraient pu être qualifiés d'inhumains. Or c'est précisément là que l'humanité se bâtit. C'est pour ces trous de notre humanité que le Christ a offert sa vie en sacrifice à Dieu son Père et notre Père. Il est devenu pestilentiel et rejeté. Il est devenu inhumain pour sauver notre humanité. Nous avons vécu des jours intenses dans des mouiroirs, des dispensaires, des orphelinats pour enfants polyhandicapés... je laisse la parole aux participants de ce voyage vous dire ce qu'ils ont vécu, comme un

appel non seulement pour ce carême 2026 mais pour notre vie entière à rejoindre toutes les pauvretés de notre humanité au point de les épouser. Le choix politique du Christ de ne dépendre d'aucun pouvoir, jusqu'à hurler même à l'abandon divin sur la croix, est notre choix de vie. Parce que nous suivons le Christ. Les catéchumènes qui deviendront nos frères et sœurs le matin de Pâques n'attendent rien d'autre de nous que nous embrassions ensemble la croix du Christ pour recevoir de lui seul le salut.

Saint carême !

GOD BLESS YOU !
*comme signait toutes ses lettres,
Mother Teresa.*

À PROPOS DES VOYAGES DANS LA PAROISSE :

À juste titre, certains d'entre vous se demandent qui paie les voyages et certaines activités de la paroisse. Calcutta, Londres pour la *leadership conference*, Assise, Séville, Rome : chaque participant paie sa part sans rien demander à la paroisse. Et pourtant, nous pourrions considérer que ces voyages participent au déploiement de la mission qui nous est demandée ! *Spizza* : les jeunes paient leur repas ; *Prépare tes sommets* : les lycéens paient chaque session. En revanche, ces livrets sont possibles grâce à votre générosité pour le denier.

Merci !

Guillaume Detournignies

Messes des cendres 2026

MERCREDI 18 FÉVRIER

- 7 h 00 : Saint-Godard
- 9 h 30 : Sainte-Jeanne d'Arc
- 10 h 30 : Saint-Gervais
- 12 h 00 : Saint-Maclou
- 16 h 30 : Saint-Romain (*pour les enfants*)
- 18 h 30 : Saint-Vivien
- 18 h 30 : Saint-Romain
- 20 h 00 : Saint-Ouen



Messes Statio à 7 h 00

Depuis le 7^e siècle, pendant les 40 jours du carême, 40 églises de Rome accueillent les pèlerins chaque jour pour la messe au lever du jour. On appelle ces messes de carême les « stations ». En latin « statio » signifie « je monte la garde », devenant le nom du jeûne chrétien. Ce sont les messes de la vigilance. Merci aux prêtres qui ajoutent une messe par jour à leur ministère pour nous permettre de vivre le carême.

Jeudi 19 février : Saint-Ouen

Vendredi 20 février : Saint-Godard

Samedi 21 février : Saint-Ouen

Lundi 23 février : Saint-Godard

Mardi 24 février : Saint-Joseph

Mercredi 25 février : Saint-Maclou

Jeudi 26 février : Saint-Romain

Vendredi 27 février : Saint-Godard

Samedi 28 février : Saint-Ouen

Lundi 2 mars : Saint-Godard

Mardi 3 mars : Saint-Joseph

Mercredi 4 mars : Saint-Maclou

Jeudi 5 mars : Saint-Romain

Vendredi 6 mars : Saint-Godard

Samedi 7 mars : Saint-Ouen

Lundi 9 mars : Saint-Godard

Mardi 10 mars : Saint-Joseph

Mercredi 11 mars : Saint-Maclou

Jeudi 12 mars : Saint-Romain

Vendredi 13 mars : Saint-Godard

Samedi 14 mars : Saint-Ouen

Lundi 16 mars : Saint-Godard

Mardi 17 mars : Saint-Joseph

Mercredi 18 mars : Saint-Maclou

Jeudi 19 mars : Saint-Romain

Vendredi 20 mars : Saint-Godard

Samedi 21 mars : Saint-Ouen

Lundi 23 mars : Saint-Godard

Mardi 24 mars : Saint-Joseph

Mercredi 25 mars : Saint-Maclou

Jeudi 26 mars : Saint-Romain

Vendredi 27 mars : Saint-Godard

Samedi 28 mars : Saint-Ouen

Mercredi 1^{er} avril : Saint-Ouen



SACREMENT DES MALADES

Le dimanche 15 mars :

- **11 h 00 :** Saint-Romain

CHEMIN DE CROIX

Tous les vendredis de carême :

- **13 h 00 :** Saint-Godard
- **15 h 00 :** Saint-Gervais
- **17 h 15 :** Saint-Patrice
- **18 h 00 :** Saint-Romain

Vendredi Saint :

- **12 h 00 :** départ à vélo du parvis de Saint-Godard
- **15 h 00 :** dans toutes les églises de CathoRouen



© Ivan Martel

RETRAITE URBAINE DE CARÊME

Samedi 21 février

Donnez au Christ quelques heures de votre vie
pour bien commencer le Carême 2026



11H - église Sainte-Jeanne-d'Arc

Le combat spirituel

12H30 - Déjeuner de carême

14H - église Saint-Godard

Savoir discerner et écouter Dieu

15H - abbatale Saint-Ouen

L'Esprit-Saint, recevoir l'aide
d'en-haut



16H: église Saint-Maclou

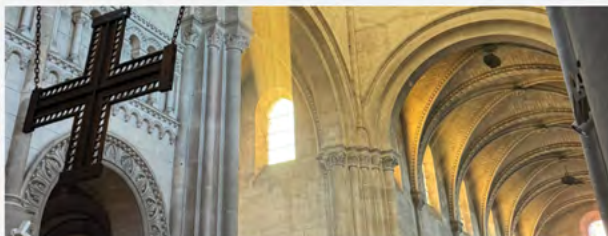
L'Eucharistie, nourriture de vie

17H: église Sainte-Jeanne-d'Arc

Demander de l'aide à son ange gardien

18H30: église Sainte-Jeanne-d'Arc

Messe



Ouvert à tous !

Inscription pour le déjeuner: inscriptioncathorouen@gmail.com

Carême 2026

CathoRouen

MERCREDI DES CENDRES 18 FÉVRIER

Évangile de Jésus-Christ selon Saint Matthieu 6, 1-6 et 16-18

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples :
« Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer. Sinon, il n'y a pas de récompense pour vous auprès de votre Père qui est aux cieux. »



- *Dans quel état d'esprit suis-je en ce mercredi des cendres ?*
- *Quelle attitude d'humilité ai-je envie d'avoir pendant ce temps de carême ?*
- *Qui ai-je envie de servir sans me faire remarquer ?*

Psaume 1

Heureux est l'homme qui n'entre pas au conseil des méchants, qui ne suit pas le chemin des pécheurs, ne siège pas avec ceux qui ricanent, mais se plaît dans la loi du Seigneur et murmure sa loi jour et nuit ! Il est comme un arbre planté près d'un ruisseau, qui donne du fruit en son temps, et jamais son feuillage ne meurt ; tout ce qu'il entreprend réussira. Tel n'est pas le sort des méchants. Mais ils sont comme la paille balayée par le vent. Le Seigneur connaît le chemin des justes, mais le chemin des méchants se perdra.

- *Qu'est-ce qui m'inquiète ?*
- *Est-ce que je mets ma confiance dans le Seigneur ? Comment ?*
- *Quelles sont les paroles de Dieu qui me rassurent ?*



Calcutta 2026 © CathoRouen

Aujourd'hui, je peux apprendre par cœur le psaume de mon âge.

« Ayons donc bonne volonté, puisque Notre Seigneur nous promet la béatitude à ce prix ! Ayons bonne volonté. Cherchons de tout notre cœur la volonté de Dieu ; ne faisons rien en vue de nous ni d'aucune créature, tout en vue de Dieu seul... Cherchons sa volonté et faisons-la, quelle qu'elle soit... Et puis, pour connaître cette volonté, méditons la loi de Dieu jour et nuit, approfondissons-la, tâchons de bien la connaître, de bien la retenir, de bien la comprendre : pour cela méditons sur les saintes Écritures, surtout sur les saints évangiles tous les jours de notre vie. »

Charles de Foucauld. *Méditations sur les psaumes.*

VENDREDI 20 FÉVRIER

Isaïe 58

Le jeûne qui me plaît, n'est-ce pas ceci : faire tomber les chaînes injustes, délier les attaches du joug, rendre la liberté aux opprimés, briser tous les jugs ? N'est-ce pas partager ton pain avec celui qui a faim, accueillir chez toi les pauvres sans abri, couvrir celui que tu verras sans vêtement, ne pas te dérober à ton semblable ? Alors ta lumière jaillira comme l'aurore, et tes forces reviendront vite. Devant toi marchera ta justice, et la gloire du Seigneur fermera la marche. Alors, si tu appelles, le Seigneur répondra ; si tu cries, il dira : « Me voici. »



Calcutta 2026 © CathoRouen



Calcutta 2026 © CathoRouen

- *Comment puis-je manifester la bonté aujourd'hui ?*
- *Avec Isaïe, briser les jugs, partager son pain avec celui qui a faim, accueillir les pauvres sans abri, couvrir celui qui est nu, ne pas te dérober devant ton semblable.*
- *Seigneur, je remets cette journée entre tes mains pour que je sois bon avec mon prochain.*

TÉMOIGNAGE CALCUTTA

MARION

Calcutta. Un voyage exceptionnel par son intensité, par ce qu'il transforme et par la conversion des cœurs qu'il provoque.

À l'orée de cette année 2026, nous sommes transportés dans des rues incomparables à celles que nous connaissons. Et pourtant, quelque chose me frappe profondément : le sourire. Le sourire de ces enfants errants. Leurs yeux noirs, grands ouverts, à la fois lumineux et suppliants. Un sourire inattendu, presque déroutant, au cœur d'une misère que je ne connaissais pas.

Depuis 27 ans, mon « *mantra* » est simple : apporter un sourire aux personnes les plus fragiles. Alors le métier d'infirmière raisonne en moi comme une vocation, guidée par ces mots de Mère Teresa : « **Ne laissez jamais quelqu'un venir à vous et repartir sans être plus heureux.** »

Lorsque s'est présenté ce voyage, je n'ai pas hésité. Il fallait que je me plonge dans ce qu'elle a vu, donné et reçu. Et finalement, tout ce que j'ai reçu se résume à leurs sourires. Un sourire au cœur de la douleur des soins, un sourire au cœur de la souffrance de l'abandon. Leur sourire venait de je ne sais où, comme un remède qui dépasse les maux du corps, il traverse l'âme et vient apaiser l'esprit. Ce mystère me désarçonna.

Un matin pourtant, je redoutais le service qui m'attendait. J'étais heurtée par leur souffrance, par les limites des soins que

nous pouvions offrir, la fatigue, le bruit constant jour et nuit de cette ville. C'était sans compter sur la foi indéfectible des sœurs de la Charité. Portés dès six heures du matin par la messe quotidienne puis rassemblés par une des sœurs avant de partir en mission, elle nous adressa ces mots :

« Faites de petites choses, avec beaucoup d'amour. » Une parole, empruntée à Mère Teresa qui relève mon cœur : nous sommes envoyés non pour soigner parfaitement, mais pour donner de l'amour.

Je réalise qu'en ce temps de carême le Seigneur nous invite à ralentir notre quotidien et à laisser le Christ nous transformer. Prenons le temps de regarder l'autre, d'accueillir un sourire, semer de l'amour sans attendre de reconnaissance. L'espérance vivante de l'amour humble du Christ nous rappelle que la grandeur ne se mesure pas à nos exploits, mais à notre capacité à voir et à aimer simplement.





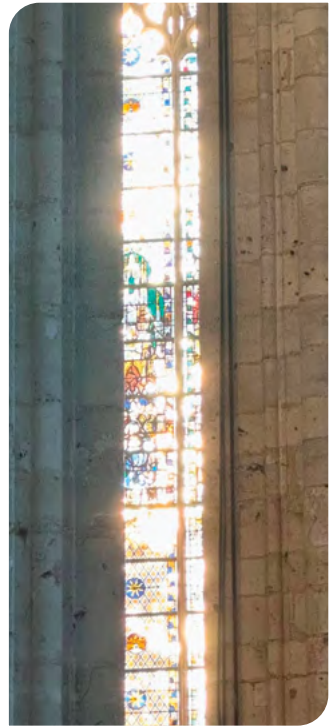
Calcutta 2026 © CathoRouen

SAMEDI 21 FÉVRIER

Isaïe 58, 9-14

Ainsi parle le Seigneur : Si tu fais disparaître de chez toi le joug, le geste accusateur, la parole malfaisante, si tu donnes à celui qui a faim ce que toi, tu désires, et si tu combles les désirs du malheureux, ta lumière se lèvera dans les ténèbres et ton obscurité sera lumière de midi. Le Seigneur sera toujours ton guide. En plein désert, il comblera tes désirs et te rendra vigueur. Tu seras comme un jardin bien irrigué, comme une source où les eaux ne manquent jamais.

- Seigneur, toi qui seras toujours mon guide, aide-moi aujourd'hui à maîtriser ma parole, à garder le silence. Que de conflits pourraient être évités si je me taisais davantage. Que de douceur pourrait être répandue si je faisais plus attention à mes paroles.



DIMANCHE 22 FÉVRIER

Psaume 50 : Pitié Seigneur, car nous avons péché

Rends-moi la joie d'être sauvé ;
que l'esprit généreux me soutienne.
Seigneur, ouvre mes lèvres,
et ma bouche annoncera ta louange.

- Accorde-moi Seigneur de vivre ce dimanche en citoyen du ciel, et inspire dans le cœur de mes proches le même désir.



LUNDI 23 FÉVRIER

Évangile de Jésus-Christ selon Saint Matthieu 25, 31-46

« Car j'avais faim, et vous m'avez donné à manger ;
j'avais soif, et vous m'avez donné à boire ;
j'étais un étranger, et vous m'avez accueilli ;
j'étais nu, et vous m'avez habillé ;
j'étais malade, et vous m'avez visité ;
j'étais en prison, et vous êtes venus jusqu'à moi ! »

Alors les justes lui répondront :

« Seigneur, quand est-ce que nous t'avons vu... ?
tu avais donc faim, et nous t'avons nourri ?
tu avais soif, et nous t'avons donné à boire ?
tu étais un étranger, et nous t'avons accueilli ?
tu étais nu, et nous t'avons habillé ?

tu étais malade ou en prison...

Quand sommes-nous venus jusqu'à toi ? »

Et le Roi leur répondra :

« Amen, je vous le dis : chaque fois que vous l'avez fait
à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que
vous l'avez fait. »



Calcutta 2026 © CathoRouen

● *Comment puis-je être bienveillant en actes ?*

● *Quelles sont les personnes que le Seigneur me donne de rencontrer aujourd'hui et que je peux servir ?*

● *Esprit Saint, aide-moi à mettre ma foi en acte aujourd'hui.*



Calcutta 2026 © CathoRouen

Psaume 33

Magnifiez avec moi le Seigneur, exaltons tous ensemble son nom. Je cherche le Seigneur, il me répond : de toutes mes frayeurs, il me délivre.
Qui regarde vers lui resplendira, sans ombre ni trouble au visage. Un pauvre crie ; le Seigneur entend : il le sauve de toutes ses angoisses.

- *Quelles sont les personnes qui rayonnent d'une joie intérieure et d'une confiance profonde en Dieu ?*
- *Est-ce que fréquenter le Christ dans les sacrements m'apporte la paix ?*
- *À quelle fréquence est-ce que je rencontre Jésus dans la prière ?*

Psaume 33

Le Seigneur regarde les justes, il écoute, attentif à leurs cris.
Le Seigneur affronte les méchants pour effacer de la terre leur mémoire.
Le Seigneur entend ceux qui l'appellent : de toutes leurs angoisses, il les délivre. Il est proche du cœur brisé, il sauve l'esprit abattu.



TÉMOIGNAGE CALCUTTA

MARIE-CÉCILE

Mariée depuis 13 ans et maman de 4 enfants, je travaille aussi auprès du Père Geoffroy comme chargée de mission, professeur de droit et je m'occupe des catéchumènes de CathoRouen.

Je suis venue à Calcutta d'abord parce que le Père me l'a demandé ! Mais je pense qu'il savait que ce désir d'être au plus près des autres fait partie intégrante de moi.

J'ai toujours eu envie d'aller à Calcutta, pour rendre service mais aussi pour vivre cette réalité qui nous dépasse. Chacun prend donc à sa charge son billet d'avion et nous attendons avec impatience ce départ. Je rends grâce à Dieu que mon mari ait accepté ce départ un peu fou ! Et pour mes enfants qui acceptent de me laisser partir vivre des désirs qui m'alimentent.

On part en sachant qu'on ne va sûrement pas changer le monde. Pourtant, on imagine la grâce de se recueillir sur la tombe de Mère Teresa. Et finalement, prendre ce temps du service au milieu des odeurs, des immondices, de l'inconfort total m'a permis d'aller au plus profond de la souffrance, et de les rejoindre par la mienne.

Ma foi a été chamboulée en arrivant. Non pas par une remise en cause, à proprement parler. Mais à ce questionnement complexe quand on voit cette misère humaine, cet abandon total. Pourquoi ? Pourquoi cette misère, pourquoi cette souffrance ? La messe

quotidienne, l'adoration, la présence des sœurs souriantes et apaisées permettent de faire place à l'abandon dans la confiance. Jésus est là malgré tout et me demande de continuer d'aimer. Je comprends ou je confirme que l'homme a tout ce qu'il faut pour rendre son prochain heureux et se sentir aimé.

Le premier jour, une des sœurs m'envoie en mission avec d'autres, dans la maison qui accueille les femmes malades. On me dit que je me dirige au mouvoir. Bon. On retrousse les manches et on y va ! En avant les bus qui klaxonnent à tout va, slaloment autant qu'ils le peuvent, le bruit incessant et les rues telles des poubelles géantes, avec une odeur insupportable. Et finalement, j'arrive et je découvre des femmes tellement heureuses que l'on s'occupe d'elles. Une main tendue, un regard de compassion, des repas donnés, des tonnes de linge étendus après désinfection, la réalisation de compresses, les piluliers à remplir etc. beaucoup souffrent tellement physiquement ou mentalement. Que c'est dur de les voir pleurer et cette barrière de la langue pour échanger quelques mots réconfortants est difficile. Je découvre une réalité qui me dépasse. Un retour en arrière sur les mentalités, la médecine, les conditions sanitaires voire parfois humaines. Mais on me dit : « **Retiens que s'ils n'étaient pas là, ils seraient morts dans la rue** ». Et tout reprend alors un sens.

Le service et l'amour de l'autre est la priorité. Les sentiments s'entremêlent : sidération, tristesse, joie d'être ensemble, découragement et motivation, désespoir et espérance.

L'après-midi nous découvrons Calcutta, mêlant richesse et pauvreté complète. Les plus riches semblent être dans une indifférence quasi complète de ce qui se passe sous leurs yeux. Les pauvres attendent désespérément au milieu des poubelles. Les enfants sur les trottoirs ou dansant au milieu des voitures, viennent demander de quoi manger. Une envie de les prendre tous avec moi. Je réalise que je ne suis rien. Et puis je pleure à l'intérieur de moi-même de ne rien pouvoir faire. Je prie alors tellement pour mes enfants pour qu'ils deviennent, chacun selon sa vocation, un peu missionnaires de la charité aussi, de ne jamais être indifférent à la souffrance humaine.

Pour ce carême, j'aimerais qu'on arrive à mettre Jésus au cœur de notre vie. Dans la prière, dans la rencontre avec l'autre, et dans l'espérance. Que les petites guerres à l'intérieur de nos maisons, de nos paroisses, ou dans nos relations cessent et que la paix triomphe pour que seul le nom de Jésus soit annoncé. Ne perdons pas de temps à aimer.

Les catéchumènes que j'accompagne ont besoin aussi de cette main tendue, qu'ils voient qu'ensemble, comme catholiques, nous partageons une force incroyable : l'amour de Jésus. Je voudrais qu'ils vivent ce dernier temps d'attente avant leur baptême comme un précieux moment pour s'abandonner. Qu'ils sachent qu'ils ont leur place mais surtout qu'ils soient assurés que la force que l'on puise se trouve dans l'eucharistie.



© CathoRouen - Missionaries of charity, Calcutta

Je rentre transformée par ce que j'ai vécu, reconnaissante et admirative de cette jeunesse qui s'est abandonnée, avec une fougue débordante et contagieuse. Merci !

Une vieille dame à côté de moi dans l'avion se lève au moment de l'atterrissage. Je lui prie de s'asseoir car c'est dangereux. Et le clin d'œil est alors parfait. Où que l'on soit, il y a toujours quelqu'un qui a besoin d'aide ! Ça ne s'arrête jamais.

Jésus, aide-moi à aller à la rencontre de tous les petits Calcutta que je vais rencontrer. Que ma mission ne soit tournée que pour accomplir ta volonté et l'annonce de ton nom. Mais plus largement, que ma vie soit toujours tournée vers les autres. Amen.



Calcutta 2026 - The mother house © CathoRouen

MERCREDI 25 FÉVRIER

Psaume 50

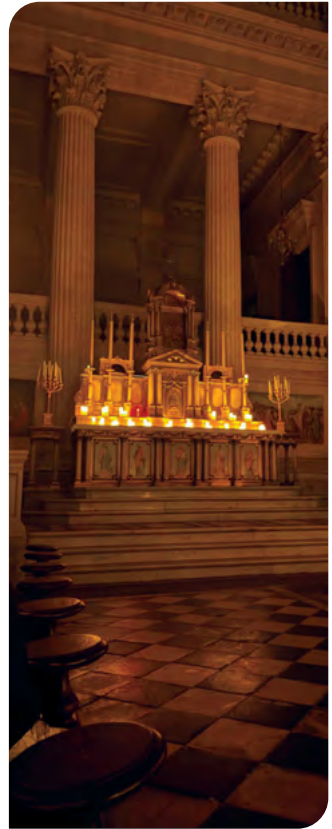
Pitié pour moi, mon Dieu, dans ton amour,
selon ta grande miséricorde, efface mon péché.
Lave-moi tout entier de ma faute,
purifie moi de mon offense.

Crée en moi un cœur pur, ô mon Dieu,
renouvelle et raffermis au fond de moi mon esprit.
Ne me chasse pas loin de ta face,
ne me reprends pas ton esprit saint.

● *Comment puis-je me purifier ?*

*Par la prière, par l'écoute de la Parole de Dieu,
par la méditation de la vie du Christ.*

● *Comment me préparer à recevoir le sacrement
du pardon ? Je me renseigne sur les lieux où je peux
me confesser avant Pâques.*



JEUDI 26 FÉVRIER

Évangile de Jésus-Christ selon saint Matthieu 7, 7-12

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Demandez, on vous donnera ; cherchez, vous trouverez ; frappez, on vous ouvrira. En effet, quiconque demande reçoit ; qui cherche trouve ; à qui frappe, on ouvrira. Ou encore : le quel d'entre vous donnera une pierre à son fils quand il lui demande du pain ? Ou bien lui donnera un serpent, quand il lui demande un poisson ? Si donc vous, qui êtes mauvais, vous savez donner de bonnes choses à vos enfants, combien plus votre Père qui est aux cieux donnera-t-il de bonnes choses à ceux qui les lui demandent ! Donc, tout ce que vous voudriez que les autres fassent pour vous, faites-le pour eux, vous aussi : voilà ce que disent la Loi et les Prophètes. »

Seigneur, en ce jour, apprends-moi à garder ferme mon espérance en toi et à faire le bien autour de moi.

Seigneur, aide-moi à me mettre en action au service des autres, dans ma famille, auprès de mes amis, dans mon travail, dans mon quartier.



VENDREDI 27 FÉVRIER

Ézéchiél 18, 21-28

Ainsi parle le Seigneur Dieu : si le méchant se détourne de tous les péchés qu'il a commis, s'il observe tous mes décrets, s'il pratique le droit et la justice, c'est certain, il vivra, il ne mourra pas. On ne se souviendra d'aucun des crimes qu'il a commis, il vivra à cause de la justice qu'il a pratiquée.

Le Seigneur nous offre la grâce de changer et de nous convertir.

Aujourd'hui, je choisis un fruit de l'Esprit Saint pour imiter le Christ : amour, bonté, bienveillance, joie, douceur, paix, patience, fidélité et maîtrise de soi (Lettre de Saint Paul apôtre aux Galates 5, 22-23).

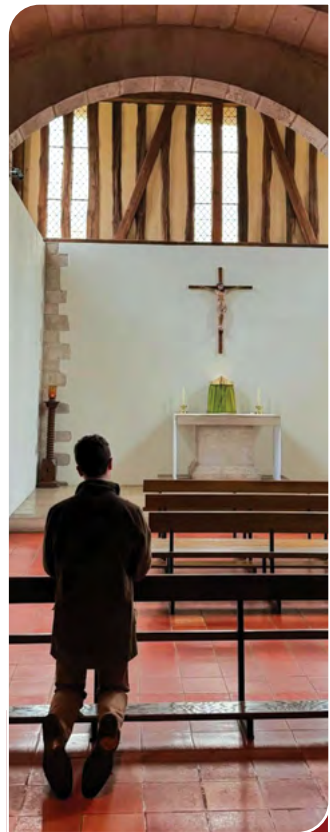


SAMEDI 28 FÉVRIER

Évangile de Jésus-Christ selon Saint Matthieu 5, 43-48

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Vous avez appris qu'il a été dit : Tu aimeras ton prochain et tu haïras ton ennemi. Eh bien ! moi, je vous dis : Aimez vos ennemis, et priez pour ceux qui vous persécutent, afin d'être vraiment les fils de votre Père qui est aux cieux ; car il fait lever son soleil sur les méchants et sur les bons, il fait tomber la pluie sur les justes et sur les injustes. En effet, si vous aimez ceux qui vous aiment, quelle récompense méritez-vous ? Les publicains eux-mêmes n'en font-ils pas autant ? Et si vous ne saluez que vos frères, que faites-vous d'extraordinaire ? Les païens eux-mêmes n'en font-ils pas autant ? Vous donc, vous serez parfaits comme votre Père céleste est parfait. »

- *Aujourd'hui, je peux penser aux personnes qui me détestent et me persécutent, et je peux faire le choix de poser un acte d'amour envers eux, avec l'aide de Dieu. Ces personnes sont aimées de Dieu, comme moi.*



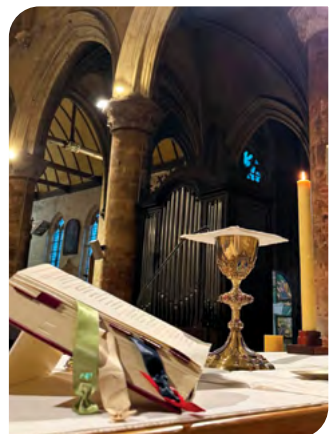
Saint-Wandrille © CathoRouen

DIMANCHE 1^{ER} MARS

Évangile de Jésus-Christ selon Saint Matthieu 17, 5

« Celui-ci est mon Fils bien-aimé, en qui je trouve ma joie : écoutez-le ! »

- *À partir d'aujourd'hui, je peux décider de me laisser transformer par la Parole de Dieu en l'écoutant chaque jour.*



TÉMOIGNAGES CALCUTTA

PIERRE

Je suis un étudiant en médecine qui s'est senti concerné par les sujets de foi et d'éthique en rapport avec le domaine de la santé, notamment grâce aux réunions **MédicoSpi**. On m'a proposé il y a environ un an d'être intégré dans un pèlerinage sur les pas de sainte Mère Teresa. Cette sainte est importante pour les soignants car elle s'est penchée sur les plus petits de ce monde et ainsi, elle est une figure humaine de la compassion, cette valeur si importante pour la pratique médicale. Cette semaine à Calcutta était intense, bien organisée, sanctifiante et profondément révélatrice. Grâce à ce voyage/pèlerinage, je me suis senti proche de sainte Mère Teresa, notamment en priant sur sa tombe et j'ai avancé dans ma foi. Le fait de participer comme volontaire aux œuvres des Missionnaires de la Charité a aussi été très formateur car cela m'a permis de travailler sur mon amour du prochain. De manière générale, que ce soit auprès des pauvres des centres, ou en voyant les gens dans les rues, il est certain

que j'ai appris à être reconnaissant envers Dieu pour tous les comforts et les services que nous avons en France.

Je rentre en France et je ne veux que continuer à développer ma compassion, et nourrir ma recherche spirituelle en tant que soignant.

Pour ce carême 2026, j'aimerais dire à toutes et tous que quand on fait ses efforts de carême, c'est dur. Alors pour vous aider, vous pouvez vous mettre en communion avec les plus pauvres des pauvres, les plus faibles des faibles, les plus souffrants parmi les souffrants. Et la figure de sainte Mère Teresa peut bien vous aider car elle s'est faite pauvre parmi les pauvres, elle a tout quitté pour Dieu, et elle a vécu une foi intense malgré la solitude spirituelle qu'elle a vécue.

ISABELLE

Pourquoi je suis venue : en accompagnement de mon mari, qui s'était promis de revenir en tant que bénévole après son premier passage il y a six ans. J'ai 63 ans, je cumule l'emploi « *retraite à temps très très plein* ».

Ma foi : je suis tombée dedans petite, née catho, élevée catho, j'ai éduqué mes enfants dans ce même modèle mais le modèle d'aujourd'hui bouge et invite davantage à réfléchir.



Sur place : je n'ai jamais eu de mal à me lever à y aller, bien au contraire, la messe le matin était indispensable pour nous permettre de nous saisir de la mission. Ensuite, lorsque j'arrivais sur Shanti Dan en franchissant la porte, c'était comme une bulle de calme et de propreté, dans un univers de crasse et de vacarme. On enfle la blouse signe de reconnaissance et on devient *Handy* pour tous. J'étais auprès d'enfants, jeunes filles handicapées, physiques et mentales. La première journée a été compliquée. Comment trouver sa place, à quoi sert-on ? Il y a d'autres *Handy* sur place beaucoup plus efficaces, présentes pour plusieurs mois certaines ! Moi je me trouvais souvent en attente de faire quelque chose, j'étais profondément troublée par le fait de ne pas être à fond tout le temps. Prendre son temps pour faire les choses, je n'y étais pas habituée et ce n'est que le troisième jour que j'ai compris qu'il fallait que j'accepte cette mission, telle qu'elle était, à savoir passer à côté d'un enfant et lui prendre la main, lui détendre les doigts, obtenir un sourire : c'était ça qui m'était demandé. Le résultat positif de ma semaine ce serait ça et non pas combien de kilos de linge j'allais avoir étendu, combien d'enfants j'allais réussir à nourrir le midi. Mais plutôt si j'avais eu le regard et la bienveillance que nous pouvons dispatcher, puisque nous n'avons pas de contraintes. Le dernier jour, alors que je pensais plus à un soulagement de quitter toute cette tristesse, et bien pas du tout ! Au moment de leur dire au revoir, énorme boule qui me monte à la gorge : une intensité émotionnelle très forte. Et bien direction la vierge Marie, qui est au centre de l'établissement,

pour lui présenter et pour lui décharger toute cette douleur finalement de quitter les enfants.

Aujourd'hui je mesure combien c'est une chance d'avoir pu accomplir cette mission qui évidemment oriente mon carême. Une semaine après notre retour, j'ai toujours l'odeur, les yeux des enfants qui hantent mes nuits, mon activité quotidienne reprend doucement, mais mon rythme est différent. Je pense qu'en France, nous avons la chance de ne pas connaître cette misère très profonde. Dans cette période de carême qui va commencer, des petites choses, un regard, on échange quelques mots si c'est possible avec celui qui est dans la rue, nous positionnera toujours au plus près des plus défavorisés. Chacun à sa façon, faisons attention à l'autre.

À chacun des catéchumènes je dirais : ouvre les yeux, garde-les ouverts et laisse-toi porter, lis l'Évangile du jour chaque matin. Tu y trouveras toujours l'inspiration pour la journée.

Je terminerai en disant l'importance pour moi d'avoir accompli cette semaine avec Bertille. Nous avons pu échanger sur nos difficultés mais aussi sur nos victoires et c'est un soutien incroyable ce binôme, un très grand merci !



LUNDI 2 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Luc 6, 36-38

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples :
 « Soyez miséricordieux comme votre Père est miséricordieux. Ne jugez pas, et vous ne serez pas jugés ; ne condamnez pas, et vous ne serez pas condamnés. Pardonnez, et vous serez pardonnés. Donnez, et l'on vous donnera : c'est une mesure bien pleine, tassée, secouée, débordante, qui sera versée dans le pan de votre vêtement ; car la mesure dont vous vous servez pour les autres servira de mesure aussi pour vous. »

- *Qu'est-ce qui me touche, qu'est-ce qui me rejoint dans ma vie personnelle ?*
- *Qu'est-ce que je comprends de ce que le Seigneur veut me dire dans ce passage ?*
- *Qu'est-ce qui m'interroge ?*



MARDI 3 MARS

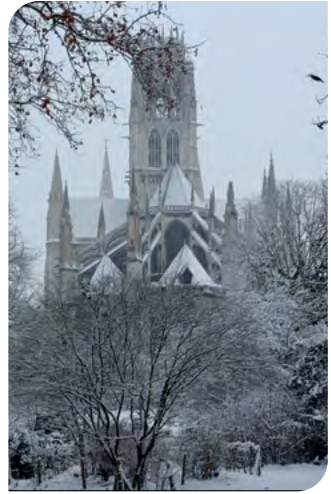
Isaïe 1, 10

Venez, et discutons – dit le Seigneur.

Si vos péchés sont comme l'écarlate, ils deviendront aussi blancs que neige. S'ils sont rouges comme le vermillon, ils deviendront comme de la laine.

Si vous consentez à m'obéir, les bonnes choses du pays, vous les mangerez ; mais si vous refusez, si vous vous obstinez, c'est l'épée qui vous mangera.

– Oui, la bouche du Seigneur a parlé.



— *Le Seigneur veut laver nos péchés, il nous demande d'obéir à sa loi d'amour. Nous avons besoin de lui dans tout ce que nous accomplissons.*

— *Seigneur, aujourd'hui donne-moi d'entendre ton appel, d'entendre ton projet pour ma vie.*

MERCREDI 4 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Matthieu 20, 17-28

Parmi vous, il ne devra pas en être ainsi : celui qui veut devenir grand parmi vous sera votre serviteur ; et celui qui veut être parmi vous le premier sera votre esclave. Ainsi, le Fils de l'homme n'est pas venu pour être servi, mais pour servir, et donner sa vie en rançon pour la multitude.

— *Suis-je conscient de ce que le Fils de l'homme a fait pour chacun de nous, de ce qu'il a fait pour moi ? Comment me mettre dès aujourd'hui à l'imiter en donnant ma vie et en servant les autres ?*



Calcutta 2026 © CathoRouen

- *Choisis aujourd'hui de servir et de le faire dans la joie.*

JEUDI 5 MARS

Jérémie 17, 5-10

Ainsi parle le Seigneur : Maudit soit l'homme qui met sa foi dans un mortel, qui s'appuie sur un être de chair, tandis que son cœur se détourne du Seigneur.

Il sera comme un buisson sur une terre désolée, il ne verra pas venir le bonheur.

Il aura pour demeure les lieux arides du désert, une terre salée, inhabitable.

Béni soit l'homme qui met sa foi dans le Seigneur, dont le Seigneur est la confiance.

Il sera comme un arbre, planté près des eaux, qui pousse, vers le courant, ses racines.

Il ne craint pas quand vient la chaleur : son feuillage reste vert.

L'année de la sécheresse, il est sans inquiétude : il ne manque pas de porter du fruit.

Rien n'est plus faux que le cœur de l'homme, il est incurable. Qui peut le connaître ? Moi, le Seigneur, qui pénètre les cœurs et qui scrute les reins, afin de rendre à chacun selon sa conduite, selon le fruit de ses actes.



Calcutta 2026 © CathoRouen

- *Quelles sont mes sources de joie ?*
- *Mon bonheur est-il lié à ma conduite, à mes actes ?*
- *Avec le prophète Jérémie, je peux demander à l'Esprit Saint de m'aider à porter du fruit.*

TÉMOIGNAGE CALCUTTA

BAUDOUIN

Chers amis de CathoRouen,

Je m'appelle Baudouin Lamoril, j'ai 20 ans et je suis étudiant en 3^e année de médecine à la faculté de Rouen.

Au mois de mai de l'année dernière, le père Geoffroy a proposé aux étudiants en médecine de **MédicoSpi** de partir servir les pauvres à Calcutta, sur les pas de Mère Teresa. Ce voyage à Calcutta représentait pour moi une occasion unique de me rendre compte de réalités bien difficiles à accepter, mais pourtant bien présentes dans ce monde, et également un moyen, en tant que futur soignant, d'apprendre à mieux servir les malades, peu importe qui ils sont.

Visa en poche (*après avoir surmonté l'épreuve de l'administration indienne*), nous sommes donc montés dans l'avion direction l'Inde le 1^{er} janvier !

Calcutta est une ville absolument bouleversante, plongée dans un chaos perpétuel, avec une inégalité écoeurante : des familles entières vivant sur les trottoirs, enjambées par d'autres en costume. La richesse et la pauvreté extrême s'y mélangent. Des familles entières vivent et s'entassent sur les trottoirs. Ce sont des réalités choquantes et bien difficiles à accepter en tant que français. Mais dans toute cette misère, un détail m'étonnait tout de même : le sourire restait visible sur le visage de beaucoup de ces gens, témoin de la force de ce peuple.

Notre service là-bas consistait donc à servir, en tant que volontaires, les sœurs Missionnaires de la Charité, congrégation religieuse fondée par Mère Teresa dans les années 50. Ces femmes, les sisters comme elles sont appelées sur place, sont une source profonde d'inspiration. Elles ont tout quitté pour venir servir dans l'une des villes les plus pauvres d'Inde, représentant parfois l'une des uniques sources de charité et de compassion envers ceux qui n'ont rien et qui ne sont rien au regard de la société.

Sur place, j'ai été affecté au dispensaire de Kalighat, avec d'autres membres de notre groupe. Cet endroit est une sorte de mélange entre un Ehpad et un mouir, où les gens sont emmenés par la police après avoir été trouvés dans un état pitoyable dans la rue ou transférés depuis l'hôpital. Les sisters, aidées par des salariés et des volontaires, s'occupent d'eux en les soignant, les nourrissant, les lavant, etc. On y voit beaucoup de choses difficiles. La semaine où nous y étions, un enfant d'une quinzaine d'années fut amené à Kalighat. Nous ne connaissions ni son prénom ni son âge réel. Il n'avait rien, absolument rien : ni parents pour le consoler, ni famille à qui se confier, ni argent, ni nourriture.

Cette mission m'a permis de remettre au centre de ma vie plusieurs choses essentielles. J'ai réappris l'importance de la charité chrétienne, celle qui est gratuite, sans aucune attente en retour. La charité dans

chacun de ses actes. La charité est source de paix et de consolation ; elle est celle qui nous lie les uns aux autres, celle qui nous permet de vivre dans un monde humain.

Dans un monde de plus en plus individualiste, aller faire la toilette de ces personnes, les raser, les nourrir, les coucher, nous rappelle la beauté de donner sans rien attendre en retour.

À ce propos, Mère Teresa répétait souvent à ses sisters cette phrase de l'Évangile que Jésus disait à ses disciples : « **Chaque fois que vous l'avez fait à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait.** »

Cette phrase m'a réellement porté durant toute la mission. Servir le Christ en s'occupant des plus pauvres ! Voir en chaque personne une créature de Dieu, aimée par Lui : là était toute la beauté du service qui nous était donné d'effectuer.

En servant à Kalighat, et même en marchant simplement dans les rues, nous recevons une grande claque d'humilité : nous remettons en perspective certains aspects de notre vie d'européens occidentaux, qui avons tout reçu et qui, malgré tout, arrivons parfois à nous plaindre. Face à la vision de ces milliers de pauvres qui n'ont littéralement rien ; ni argent, ni nourriture, ni hygiène, et parfois ni familles, on se rend compte que nos plaintes ne sont rien face à la misère de certaines de ces vies.

On prend conscience de la chance immense que nous avons reçue.

Lors de ce voyage, j'ai également pu découvrir plus en profondeur l'œuvre impressionnante de Mère Teresa, que je connaissais finalement assez peu avant de partir. Cette femme, ayant quitté son couvent pour venir en Inde, a mis toute sa foi et toute son énergie dans la création de ces dispensaires pour accueillir les pauvres. Je repars de là-bas avec cette sainte comme exemple d'amour et de foi.

Je pense alors que le message important que je retiens de ce voyage est de ne pas oublier de se donner pleinement, en tant que chrétien, auprès des autres : donner sans compter et aimer malgré tout. Face à la colère, à la haine, à l'injustice, toujours répondre par l'amour, comme le faisait Mère Teresa. Ne pas se laisser désespérer, même face aux réalités les plus difficiles.

Laissons-nous remplir de la joie et de l'amour du Christ.

Faisons l'effort d'être des témoins d'amour et de paix dans la société !

Comme le disait Mère Teresa : « **Not all of us can do great things. But we can do small things with great love.** »

Nous ne pouvons pas tous faire de grandes choses. Mais nous pouvons faire de petites choses avec beaucoup d'amour.



VENDREDI 6 MARS

Psaume 104

Cherchez le Seigneur et sa puissance,
souvenez-vous des merveilles qu'il a faites,
vous, la race d'Abraham son serviteur,
les fils de Jacob, qu'il a choisis.

- *Comment vont mes relations avec mes parents ?
Suis-je en paix et en vérité avec mon père
et ma mère ?*
- *Est-ce que je prie chaque jour pour ma famille ?*
- *Seigneur, je te confie ma famille, veille sur eux
et aide-moi à aimer ceux que je n'aime pas.*



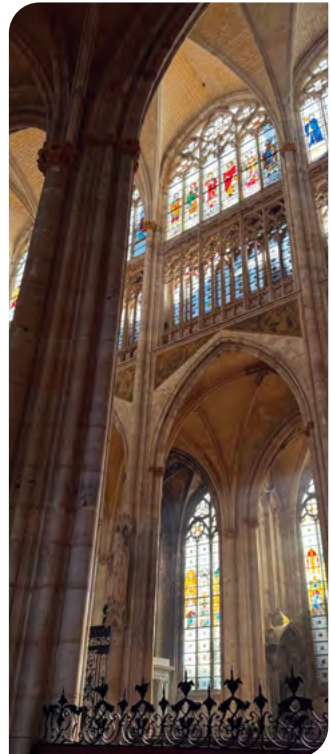
Calcutta 2026 © CathoRouen

SAMEDI 7 MARS

Psaume 102

Bénis le Seigneur, ô mon âme, bénis son nom très
saint, tout mon être ! Bénis le Seigneur, ô mon âme,
n'oublie aucun de ses bienfaits ! Car il pardonne toutes
tes offenses et te guérit de toute maladie ; il réclame ta
vie à la tombe et te couronne d'amour et de tendresse !
Il n'est pas pour toujours en procès, ne maintient pas
sans fin ses reproches ; il n'agit pas envers nous selon
nos fautes, ne nous rend pas selon nos offenses.
Comme le ciel domine la terre, fort est son amour pour
qui le craint ; aussi loin qu'est l'orient de l'occident, il
met loin de nous nos péchés.

- *Ce psaume nous apprend à rendre grâce. Seigneur,
donne-moi la grâce de la joie. Seigneur, aide-moi
à pardonner les offenses. Seigneur, fais de moi
un chrétien qui couronne les autres d'amour et de
tendresse.*



TÉMOIGNAGE CALCUTTA

CLÉMENCE

Originaire d'Yvetot, ayant fait mes études de médecine à Rouen, je suis interne depuis novembre 2025 en médecine générale à Angers.

Début 2025, dans le cadre d'un topo **MédicoSpi**, un chirurgien thoracique du CHU témoigne de sa vie de médecin. Originaire de Mossoul, soit Ninive dans la Bible, il nous raconte les difficultés des chrétiens d'Orient minoritaires et persécutés. Lors de ce topo, il dit : « **Si un jour, vous avez l'occasion d'aller à Calcutta, allez-y ! C'est une véritable école de la vie et de l'amour de Dieu incarné !** ». Le père Geoffroy rétorque : « *Et pourquoi pas, ce serait une idée ça ! On va organiser un voyage à Calcutta pour les étudiants en santé de Rouen.* »

Ce jour-là, je pense que c'est simplement une idée un peu utopique qui n'aboutira pas, mais quelques mois plus tard, nous recevons un message : « *Pour le voyage à Calcutta, ce sera début janvier 2026, dites-moi si vous êtes intéressés !* ».

Je ressens d'abord une ambivalence à l'idée de répondre positivement à cette sollicitation. À la fois, l'envie de voyage, de découverte et d'aventure spirituelle est forte mais en même temps, beaucoup de questionnements et de peurs surgissent : l'appréhension d'être confrontée à une pauvreté extrême, la durée du voyage qui est un peu courte, le fait qu'on ait à prendre l'avion pour si peu de temps sur place. Mais finale-

ment, poussée par mes amies et par le désir de voyage spirituel et culturel, je décide de m'inscrire.

J'ai la chance d'avoir grandi dans une famille catholique pratiquante. Enfant, ma foi est forte et vivante, puis lors de l'entrée dans les études supérieures, je m'éloigne de l'Église et de la religion, au début, en pensant trouver plus de temps pour étudier la médecine. Pendant deux ans, je déserte la messe dominicale, et moins j'y vais, plus je me sens m'éloigner de la foi, des chrétiens et de l'Église. C'est lors du décès d'un proche en deuxième année de médecine que je ressens le manque et le vide laissé par l'absence de foi dans ma vie. Je commence dès lors par aller me confesser pour mon absence de fidélité à Dieu, puis je reviens de plus en plus à la messe et aux autres activités proposées. Je me rapproche de Dieu, d'abord avec une foi timide et fragile, toujours avec une soif et une quête de paix intérieure et de réponses intenses. Je finis par constater les merveilles de Dieu tout autour de moi, à travers les autres, la création dans les petites et grandes choses au quotidien. Je retrouve progressivement une foi ancrée, que je considère comme foi d'adulte, choisie de manière autonome et issue d'un cheminement conséquent. La foi n'est pas un long fleuve tranquille, elle se nourrit et s'entretient, elle peut être éprouvée par la vie. Maintenant, même quand je me sens moins proche de Dieu, j'essaie de garder une fidélité et une constance dans

la prière et dans les actes. Dieu me prouve sa fidélité tous les jours. À nous seulement de ne jamais cesser de le chercher et de le rencontrer. Dieu ne nous abandonne jamais même quand nous nous détournons de lui.

Nous partons à Calcutta le 1^{er} janvier 2026 débiter la nouvelle année en beauté. Notre mission consiste à servir au sein de l'organisation fondée par Mère Teresa et perpétuée par les missionnaires de la Charité. Nous allons aider tous les jours dans des centres s'occupant de personnes malades, âgées, handicapées ou autres. Je suis d'abord marquée par les couleurs pétillantes, l'odeur de pollution omniprésente et étonnée par l'empreinte de la fondation de Mère Teresa à Calcutta. Tous les trottoirs de la ville sont peints en bleu et blanc.

Je constate à quel point l'œuvre que le Seigneur a faite par Mère Teresa et les sœurs de la Charité est grande. Elles ont réussi à faire de grandes choses et à vraiment améliorer le quotidien des gens en partant de rien. Portées par leurs prières, elles redonnent de la dignité aux personnes pauvres, malades et dépendantes. L'ensemble de leur travail est vraiment remarquable. Quelques petites choses nous interpellent quand même en tant qu'étudiants en médecine : le manque d'hygiène ou parfois des normes culturelles à ce sujet très différentes de chez nous, l'infantilisation qui est parfois faite avec les personnes et le traitement de la douleur qui nous paraît insuffisant.

Par ailleurs, l'autonomie des personnes est conservée au maximum, elles sont bien nourries, soignées, vêtues, on les fait mar-

cher, sortir, aller à la messe, on leur donne des médicaments adaptés à leur pathologies. Comme dirait Brigitte, une française incroyable qui revient à Calcutta tous les ans : deux mois par an depuis vingt ans, et qui pourrait être notre grand-mère : **« Il ne faut pas oublier que ces gens seraient à la rue sinon ! »**

Elle a raison, nous qui venons seulement une semaine dans un pays qui n'est pas le nôtre, ne pouvons pas imposer nos normes et changer tout ce qui est fait. Il y a une part culturelle et nous ne sommes pas légitimes de dire ce qui doit être fait. Des choses pourraient être améliorées mais la leçon que nous tirons des malades et de la population de Calcutta en général est leur sourire et la joie qui émane des habitants malgré la misère et la pauvreté. Les gens sont respectueux et gentils. Quelle leçon de se rendre compte que des gens qui n'ont rien sont heureux, il ne suffit pas de posséder ou de paraître pour l'être et pour être aimés. Nous sommes aimés de Dieu, peu importe qui nous sommes. L'amour de Dieu pour nous ne s'achète pas, il nous aime déjà, à nous de savoir l'aimer et aimer ainsi les autres à sa manière. Il n'y pas de plus grande joie que de donner sa vie pour ceux qu'on aime. Il y a plus de joie à donner qu'à recevoir !

Pendant le carême, je voudrais vous inviter à lire chaque jour une prière de saints, inspirante. Vous pouvez commencer par celles de Mère Teresa qui sont magnifiques :

The fruit of SILENCE is prayer,
The fruit of PRAYER is faith,
The fruit of FAITH is love,
The fruit of LOVE is service,
The fruit of SERVICE is peace.

*Le fruit du silence est la prière,
le fruit de la prière est la foi,
le fruit de la foi est l'amour,
le fruit de l'amour est le service,
le fruit du service est la paix.*

Mother Teresa.

La charité peut se vivre partout, il n'y pas besoin de voyager pour commencer à réaliser des œuvres de charité. La charité peut être présente dès maintenant et partout. À nous de mettre en place : un sourire à un SDF peut déjà le réconforter. Tout le monde est aimé de Dieu, du plus pauvre au plus riche, du plus jeune au plus vieux, du plus intelligent au plus simplet. L'amour ne s'achète pas, il se donne et se reçoit ! Faites-en bon usage !



Calcutta 2026 © CathoRouen

DIMANCHE 8 MARS

Saint Paul apôtre aux Romains 5, 5

Et l'espérance ne déçoit pas, puisque l'amour de Dieu a été répandu dans nos cœurs par l'Esprit Saint qui nous a été donné.

● *Pendant le carême, garde ton cœur, garde ton espérance, souviens-toi de ton éducation, de ce que tu as reçu, souviens-toi de l'Esprit Saint qui t'a été donné.*



LUNDI 9 MARS

Psaume 41

Comme un cerf altéré cherche l'eau vive, ainsi mon âme te cherche, toi, mon Dieu. Mon âme a soif de Dieu, le Dieu vivant ; quand pourrai-je m'avancer, paraître face à Dieu ? Envoie ta lumière et ta vérité : qu'elles guident mes pas et me conduisent à ta montagne sainte, jusqu'en ta demeure. J'avancerai jusqu'à l'autel de Dieu, vers Dieu qui est toute ma joie ; je te rendrai grâce avec ma harpe, Dieu, mon Dieu !

● *Qu'est-ce qui me touche, qu'est ce qui me rejoint dans ma vie personnelle ?*

● *Qu'est-ce que je comprends de ce que le Seigneur veut me dire dans ce psaume ?*

● *Qu'est-ce qui m'interroge ?*



MARDI 10 MARS

Daniel 3, 39

Mais, avec nos cœurs brisés, nos esprits humiliés, reçois-nous.

Psaume 24

Rappelle-toi, Seigneur, ta tendresse, ton amour qui est de toujours.

Dans ton amour, ne m'oublie pas, en raison de ta bonté, Seigneur.

• *Seigneur, dans les moments où je me sens seul, où je suis épuisé, brisé, où je me sens humilié, aide-moi à me rappeler que tu es toujours là. Seigneur, dans ton amour, ne m'oublie pas.*



Calcutta 2026 © CathoRouen

MERCREDI 11 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon Saint Matthieu 5, 17-19

Mais celui qui les observera et les enseignera, celui-là sera déclaré grand dans le royaume des Cieux.

• *Seigneur, apprends-moi à observer tes commandements et à prier sans cesse.*



« *La vie est la vie, défends-la.* » Ces mots de Mère Teresa résonnent particulièrement en moi et m'ont confortée dans le choix de la belle spécialité qu'est la gynécologie-obstétrique pour mon internat, que j'ai débuté en novembre dernier. Or, cela représente un défi quotidien. Quoi de mieux, en ces premiers mois de jeune médecin, que de partir à Calcutta confier directement ce parcours à cette grande sainte ?

Cette semaine à Calcutta fut magnifique, mais quel choc culturel dès l'arrivée, où l'on découvre l'extrême pauvreté. L'Inde est un pays en ébullition permanente : bruits de klaxons incessants, ordures et saleté à perte de vue sans oublier les odeurs qui vont avec, nombreux rats, épais nuage de pollution, architecture délabrée pour ne pas dire en ruine, cuisine de rue, personnes ayant élu domicile à même les trottoirs... Nous sommes bien loin du confort rouennais ! À chaque pas dans la rue, je suis touchée par ces personnes qui sourient et poursuivent leur vie malgré la grande précarité.

À ce moment-là, je réalise pleinement la vocation de Mère Teresa auprès des plus pauvres et des plus fragiles, à travers les différents centres qu'elle a fondés et qui sont aujourd'hui tenus par les Sœurs Missionnaires de la Charité. À la Mother House (où se trouve la tombe de Mère Teresa), une distribution alimentaire a lieu chaque jour. Les gens font la queue pendant longtemps,

espérant repartir avec une banane, du pain et du chaï pour unique repas quotidien. C'est un véritable crève-cœur de voir le rideau se refermer alors que certains n'ont pu être servis...

Tous les matins après la messe de 6 h, nous avons eu la chance de servir dans les différents centres. Pour ma part, j'étais à Shanti Dan, un lieu qui recueille des enfants et jeunes femmes porteuses de handicap. Sans ce centre, ces personnes se retrouveraient à la rue. Les conditions y sont simples et peuvent paraître rudimentaires, mais quel contraste déjà par rapport à l'extérieur ! Les « *Massy* », qui s'occupent des jeunes au quotidien, ont une charge de travail importante, presque à la chaîne... De notre côté, nous sommes appelés les « *Handy* ». Au programme de la matinée : faire les lits, étendre l'impressionnante quantité de linge (*lavé à la main, of course !*), aider à l'épluchage pour le déjeuner, donner à manger aux jeunes... et surtout passer du temps à leurs côtés. Sans oublier le Tea Time à 10 h pétantes, une véritable institution : impossible de le rater !

Une question persiste tout au long de ce séjour : tout cela est-il réellement utile, sachant que nous n'allons pas révolutionner les choses en une semaine ? Bien que vraiment démunie au départ face à ces jeunes cabossés par la vie, totalement refermés sur eux-mêmes et avec qui il peut être difficile d'entrer en communication, joie de voir

ce que notre simple présence pouvait apporter. Prendre le temps de s'asseoir à leurs côtés pour apaiser, tenir une main pour rassurer, offrir un sourire pour illuminer leur visage, donner leur déjeuner avec patience et délicatesse... Quel bonheur de constater que oui, nous pouvons mettre de la douceur dans leur quotidien ! La rencontre avec ces jeunes est vraiment source d'une grande richesse. Il est touchant de voir que ce sont eux, à travers leur vulnérabilité extrême, qui nous apportent tellement plus que ce que nous donnons. Ils nous retournent comme une crêpe, nous confrontent à notre propre petitesse, nous montrent que la vie est tellement belle et que toute personne est digne d'être aimée.

Une vraie leçon d'humanité et d'humilité.

Je rentre changée et grandie de ce voyage ! Malgré le handicap, les conditions de vie précaires, les gens rayonnent au cœur de la Cité de la Joie. À nous désormais d'être une lumière dans notre quotidien !

En ce temps de carême chers paroissiens et sur ce chemin vers le baptême chers catéchumènes, peut-être pouvons-nous être particulièrement attentifs aux plus fragiles d'entre nous, par un petit geste tel qu'un regard bienveillant ou un simple sourire pour égayer les cœurs ?

God Bless You.



JEUDI 12 MARS

Jérémie 7, 23

« Écoutez ma voix : je serai votre Dieu, et vous, vous serez mon peuple ; vous suivrez tous les chemins que je vous prescris, afin que vous soyez heureux. »

Depuis le début du carême, me suis-je mis à l'écoute de la Parole de Dieu ? Il n'est jamais trop tard pour suivre le chemin du Seigneur et trouver enfin la voie du bonheur véritable.

VENDREDI 13 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Marc 12, 28-34

En ce temps-là, un scribe s'avança vers Jésus pour lui demander : « Quel est le premier de tous les commandements ? ». Jésus lui fit cette réponse : « Voici le premier : Écoute, Israël : le Seigneur notre Dieu est l'unique Seigneur. Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme, de tout ton esprit et de toute ta force. Et voici le second : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. Il n'y a pas de commandement plus grand que ceux-là. » Le scribe reprit : « Fort bien, Maître, tu as dit vrai : Dieu est l'Unique et il n'y en a pas d'autre que lui. L'aimer de tout son cœur, de toute son intelligence, de toute sa force, et aimer son prochain comme soi-même, vaut mieux que toute offrande d'holocaustes et de sacrifices. » Jésus, voyant qu'il avait fait une remarque judicieuse, lui dit : « Tu n'es pas loin du royaume de Dieu. » Et personne n'osait plus l'interroger.

Comment aimer son prochain comme soi-même ? En recherchant ce qui est le meilleur pour l'autre.

Comment faire grandir l'amour reçu du Saint-Esprit ? Par la prière, par les sacrements, par la fréquentation de la Parole de Dieu.



SAMEDI 14 MARS

L'HUMILITÉ

Évangile de Jésus-Christ selon saint Luc 18, 9-14

En ce temps-là, à l'adresse de certains qui étaient convaincus d'être justes et qui méprisaient les autres, Jésus dit la parabole que voici : « Deux hommes montèrent au Temple pour prier. L'un était pharisien, et l'autre, publicain (*c'est-à-dire un collecteur d'impôts*). Le pharisien se tenait debout et priait en lui-même : « Mon Dieu, je te rends grâce parce que je ne suis pas comme les autres hommes – ils sont voleurs, injustes, adultères –, ou encore comme ce publicain. Je jeûne deux fois par semaine et je verse le dixième de tout ce que je gagne. » Le publicain, lui, se tenait à distance et n'osait même pas lever les yeux vers le ciel ; mais il se frappait la poitrine, en disant : « Mon Dieu, montre-toi favorable au pécheur que je suis ! » Je vous le déclare : quand ce dernier redescendit dans sa maison, c'est lui qui était devenu un homme juste, plutôt que l'autre. Qui s'élève sera abaissé ; qui s'abaisse sera élevé. »

— *Saint Ignace de Loyola, fondateur de la Compagnie de Jésus écrivait : « Agis comme si tout dépendait de toi, en sachant qu'en réalité tout dépend de Dieu. » L'humilité nous rappelle notre relation à Dieu. Dieu seul est ton maître, ton guide, ton Père, ton Seigneur.*

— *Nous avons donc à suivre le plan d'amour pour nous, le chemin de vérité qu'il nous a préparé. Notre bonheur se trouve dans l'obéissance à sa Parole, en liberté et en confiance.*



Calcutta 2026 © CathoRouen



Calcutta 2026 © CathoRouen

DIMANCHE 15 MARS

Psaume 22

Le Seigneur est mon berger : je ne manque de rien. Sur des prés d'herbe fraîche, il me fait reposer. Il me mène vers les eaux tranquilles et me fait revivre ; il me conduit par le juste chemin pour l'honneur de son nom. Si je traverse les ravins de la mort, je ne crains aucun mal, car tu es avec moi : ton bâton me guide et me rassure. Tu prépares la table pour moi devant mes ennemis ; tu répands le parfum sur ma tête, ma coupe est débordante. Grâce et bonheur m'accompagnent tous les jours de ma vie ; j'habiterai la maison du Seigneur pour la durée de mes jours.



- *Aujourd'hui c'est le dimanche de la joie, le dimanche du Laetare. Aujourd'hui je suis dans la joie parce que je suis chrétien : je ne peux pas être pessimiste, j'ai une mission, celle de transmettre la joie du Seigneur, celle d'être une lumière pour les autres.*

LUNDI 16 MARS

Isaïe 65, 17-18

Ainsi parle le Seigneur : Oui, voici : je vais créer un ciel nouveau et une terre nouvelle, on ne se souviendra plus du passé, il ne reviendra plus à l'esprit. Soyez plutôt dans la joie, exultez sans fin pour ce que je crée.

- *Dans la Bible, le mot joie est écrit des centaines de fois. Où prend sa source cette joie ?*
- *Aujourd'hui j'essaie d'identifier les belles choses dans ma vie pour les faire grandir.*
- *Je prends aussi le temps de réfléchir à ce qui entrave mes joies : les jalousies, la colère, les addictions, la médiance... Je me rappelle que la joie est un don gratuit de Dieu.*

TÉMOIGNAGE CALCUTTA

CLAIRE

J'ai 24 ans et j'ai toujours rêvé de partir en voyage humanitaire, c'est peut-être même une raison qui m'a poussée à faire des études de médecine. Quand j'ai appris l'existence de ce pélé, je n'ai pas hésité très longtemps ! Je voulais avoir une expérience différente, marquante et ressourçante. Je n'ai pas été déçue ! Depuis le début de mes études, je sais que mon désir profond est de rencontrer les gens, les soigner, apporter du réconfort et de l'aide à ceux qui en ont besoin. Avec le scoutisme, j'ai approfondi le sens du mot service, et je suis convaincue que servir ses frères c'est servir Dieu, aimer ses frères, c'est aimer Dieu. On ne peut pas aimer Dieu sans aimer ses frères. (*« Si quelqu'un dit : « J'aime Dieu », alors qu'il a de la haine contre son frère, c'est un menteur ; car celui qui n'aime pas son frère qu'il voit, comment peut-il aimer Dieu qu'il ne voit pas ? » 1 Jn 4 : 20*).

Pour ma progression guide-aînée (chez les scouts d'Europe pour ceux qui connaissent, le flot vert !) j'ai choisi comme devise une phrase de Mère Teresa : **« la vie est précieuse, soigne-la bien »**. Pour me rappeler chaque jour l'importance de faire les choses avec amour. Je vais bientôt prendre mon engagement guide-aînée, ce pélé me conforte dans mon désir de m'engager chaque jour auprès des autres, de faire de mon mieux pour donner le meilleur de moi-même, non pas une fois mais chaque jour. C'est aussi m'engager à sortir de moi-même, renoncer à mon égoïsme, à

mon confort, et vivre ce qui est difficile (cf. *cérémonial de l'engagement G.A.*).

Le début de mon internat de médecine générale en novembre m'a déjà donné l'occasion de sortir de moi-même, car aux urgences pendant 6 mois, ce n'est pas de tout repos ! À Calcutta, je m'attendais à recevoir une claque, et c'est ce qui est arrivé. Dès la sortie du bus, un tas d'ordures sur le trottoir avec une odeur indescriptible, tous ces gens qui dorment dans la rue, et dans le dispensaire voir toutes ces femmes malades, les rangées de lits sommaires où une femme hurle de douleur... les toilettes où elles font par terre les unes à côté des autres... Les conditions sont choquantes pour nous, français. Mais si ces gens n'étaient pas dans le dispensaire, elles seraient à la rue, ce qui est bien pire, comme nous l'a dit Brigitte avant le premier jour. (*Une volontaire de 70 ans qui vient depuis des années, ne parle pas anglais, mais devient la bonne-maman de tous les volontaires, surtout les français !*)

J'ai pu rendre service dans les tâches quotidiennes, étendre et plier le linge, faire les lits, donner à manger, plier des centaines de compresses utilisées pour faire les pansements. J'ai aidé à faire des pansements, ce qui était dur c'était de ne rien pouvoir faire pour calmer la douleur... elles avaient des antalgiques mais pas assez. Et c'est très dur pour moi de voir les gens souffrir, plus que de voir les plaies sales. Avec Marion,

nous avons chanté des « *Je vous salue Marie* » pour apaiser une dame, et c'était un moment très beau finalement, ça m'a beaucoup touchée. Prier était la seule chose que je pouvais faire. Cela me rappelle chaque instant à l'humilité.

Je me suis rendue compte que j'étais beaucoup dans l'action, qu'est-ce que je peux faire pour aider ? La barrière de la langue est assez déstabilisante aussi, et la tentation de fuir dans les tâches ménagères était présente. Mais je me suis rendue compte que le plus important était d'être là, passer un moment à côté d'une dame en lui tenant la main, lui sourire. Une simple présence c'est déjà parfois beaucoup donner ! C'est difficile parfois d'aller vers l'autre, mais rien que le fait de se rendre disponible à l'autre est un énorme pas.

J'ai pu expérimenter une sorte de dépouillement, car à l'aller j'ai eu un souci avec mon bagage en soute, je n'ai pu le récupérer qu'au bout de 3 jours. Je me suis dit que j'avais là l'occasion de me rapprocher un peu plus des pauvres, (*dans une certaine mesure*) en ne pouvant pas me changer et de ne posséder que très peu de choses. J'ai été assez mal à l'aise de passer à côté de tant de souffrance et ensuite d'aller au restaurant, faire du shopping dans un centre commercial, de doubler la queue du Victoria Memorial en mode VIP, de voir tous ces gens qui voulaient prendre des photos avec nous... C'est très déroutant de se sentir privilégiée, différente des autres. Mère Teresa avait choisi d'être pauvre parmi les pauvres, c'est assez incroyable, car sommes-nous prêts à laisser derrière nous tout notre

confort pour servir les autres ? En plus d'être totalement immergée dans la pauvreté, Mère Teresa a expérimenté une nuit de la foi pendant 40 ans, et malgré ça, elle a continué sa mission sans jamais s'arrêter. C'est un exemple incroyable pour moi, j'y repense à chaque fois que je me décourage, que je ne ressens rien dans la prière. La fidélité dans la prière est une grande preuve de foi et d'amour ! Nous avons eu la messe tous les jours, et plusieurs fois l'adoration. C'est à chaque fois un moment de ressourcement incroyable ! Dans une vie où tout va vite, surtout à Calcutta, ville bruyante qui ne s'arrête jamais, être simplement là devant Dieu et remettre tout entre ses mains. C'est vital, sans ça je m'éparpille.

L'adoration le dernier jour dans la chapelle au cœur du bidonville était un moment de grâce. La présence de Dieu au milieu de tant de misère est comme un cœur brûlant d'amour pour le monde. La misère n'enlève pas la joie ! C'est dans ce bidonville que j'ai vu les plus beaux sourires, les enfants nous tendaient les bras rayonnants ! Quelle leçon ils nous donnent !

Jésus donne-moi de rayonner de ta présence et de ton amour dans toute ma vie, pour ceux qui m'entourent, pour ceux qui me sont confiés dans mon travail à l'hôpital. Rends mon cœur joyeux et mes mains habiles pour servir, mes oreilles attentives pour écouter, donne-moi ta douceur pour consoler et l'humilité de reconnaître que tout vient de toi Jésus.

MARDI 17 MARS

Ézéchiél 47, 12

« Au bord du torrent, sur les deux rives, toutes sortes d'arbres fruitiers pousseront ; leur feuillage ne se flétrira pas et leurs fruits ne manqueront pas. Chaque mois ils porteront des fruits nouveaux, car cette eau vient du sanctuaire. Les fruits seront une nourriture, et les feuilles un remède. »



Calcutta 2026 © CathoRouen

- *La joie est un fruit de l'Esprit Saint mais nous avons à répondre librement « oui » pour qu'il grandisse et porte des fruits nouveaux.*
- *Aujourd'hui je veux faire régner la joie autour de moi, dans tous les lieux de mon quotidien. Choisis la joie !*

MERCREDI 18 MARS

LA VÉRITÉ

Psaume 144

Le Seigneur est tendresse et pitié,
lent à la colère et plein d'amour ;
la bonté du Seigneur est pour tous,
sa tendresse, pour toutes ses œuvres.
Le Seigneur est vrai en tout ce qu'il dit,
fidèle en tout ce qu'il fait.
Le Seigneur soutient tous ceux qui tombent,
il redresse tous les accablés.



- *Seigneur, ouvre mes yeux à ta vérité, accorde-moi de trouver la paix et de témoigner à mes frères ta tendresse et ton amour.*

JEUDI 19 MARS

SOLENNITÉ DE SAINT JOSEPH

Évangile de Jésus-Christ selon saint Matthieu 1, 16-18 et 24

Joseph, son époux, qui était un homme juste. Quand Joseph se réveilla, il fit ce que l'ange lui avait prescrit.

- *Dieu parle à Joseph et il écoute.*
- *Joseph est pour nous un modèle de foi, il vit l'aventure extraordinaire de sa foi dans une vie ordinaire. Joseph est pour nous un modèle d'obéissance spontanée, silencieuse.*
- *Saint Joseph, je te confie tous les hommes qui m'entourent, tout particulièrement les époux et les pères.*
- *Ô Saint Joseph, chef de la Sainte famille de Nazareth, protège moi par ton intercession et enseigne-moi l'écoute, la confiance et l'obéissance.*



VENDREDI 20 MARS

LA CONFIANCE

Psaume 33

Le Seigneur est proche du cœur brisé, il sauve l'esprit abattu. Malheur sur malheur pour le juste, mais le Seigneur chaque fois le délivre.

- *Seul, nous ne pouvons rien, tout dépend de notre abandon, de notre obéissance et de notre confiance en Dieu. Nous ne sommes pas seuls, le Seigneur est là, proche de nous et ne cesse de nous délivrer.*
- *Aujourd'hui, je prie, je vais à la messe, j'essaie d'aller me confesser.*

SAMEDI 21 MARS

Psaume 6

J'aurai mon bouclier auprès de Dieu, le sauveur des cœurs droits. Dieu juge avec justice ; je chanterai le nom du Seigneur, le Très-Haut.

Seigneur, aujourd'hui apprends-moi à te louer, à te rendre grâce et à être dans la joie. Détourne-moi de la colère et de tout ce qui m'éloigne de la paix profonde.



DIMANCHE 22 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Jean 11, 25-27

Moi, je suis la résurrection et la vie. Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra ; quiconque vit et croit en moi ne mourra jamais.

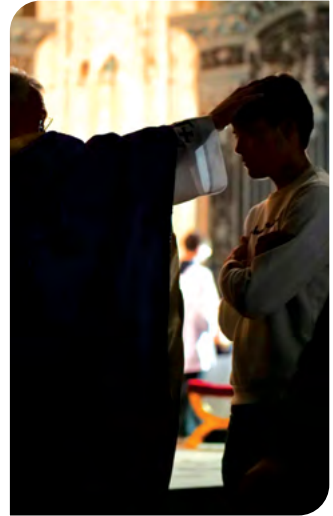
Aujourd'hui je choisis l'amour du Seigneur qui est la résurrection et la vie. Je choisis de croire en Lui pour choisir à jamais la vie.



LUNDI 23 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Jean 8, 11

Moi non plus, je ne te condamne pas. Va, et désormais ne pêche plus.



• *C'est vers le Christ que je dois me tourner quand je tombe dans le péché. C'est vers le Christ que je dois me tourner dans la prière, dans les sacrements, dans le service des autres quand je me sens vide. Car si le vide s'installe, le péché s'en empare.*

• *Tu peux décider aujourd'hui d'aller te confesser avant Pâques.*

MARDI 24 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Jean 8, 28-32

Jésus leur déclara : « Quand vous aurez élevé le Fils de l'homme, alors vous comprendrez que moi, JE SUIS, et que je ne fais rien de moi-même ; ce que je dis là, je le dis comme le Père me l'a enseigné. Celui qui m'a envoyé est avec moi ; il ne m'a pas laissé seul, parce que je fais toujours ce qui lui est agréable. »

• *Qu'est-ce qui me touche, qu'est ce qui me rejoint dans ce passage ?*

• *Que veut me dire le Seigneur ?*

• *Qu'est-ce qui m'interroge ?*



TÉMOIGNAGE CALCUTTA

JEHANNE

À la suite du témoignage d'un docteur, le père Geoffroy a évoqué l'idée d'aller à Calcutta. J'ai alors désiré suivre cette folie de partir en groupe marcher sur les pas de Mère Teresa car j'avais soif de découvrir son lieu de vie et d'apprendre son don total à ces hommes, femmes et enfants qui n'ont pas du tout la même chance que nous.

Cette sainte a quand même persévéré pour faire la volonté du Père alors que cet « *appel dans l'appel* » lui demandait de quitter sa vie religieuse chez les sœurs de Lorette, ce dilemme aurait déjà bien pu faire hésiter nombreux d'entre nous !

Cette année je poursuis ma 3^e année de médecine à Rome. Je vis avec des religieux et couples missionnaires ce qui est nouveau pour moi. C'est une année précieuse qui j'en suis persuadée, continuera à me façonner ! Mère Teresa le résume bien : le fruit de la prière est la foi, le fruit de la foi est l'amour, le fruit de l'amour est le service. En d'autres termes, la prière nous donne accès à la foi qui nous donne accès à l'amour et l'amour nous donne accès au service.

Ça me rappelle bien que si les fruits de la prière sont bons, il doit y avoir l'Amour et le Service, on ne peut pas juste avoir la prière sans les fruits. Souvent dans les missions comme celle-ci, on vient puiser à la source le matin pour donner tout ce que l'on peut après. On est un peu comme un arrosoir qui

se remplit de Dieu et qui veut donner cette eau à la terre.

Le premier jour au dispensaire était déjà pour nous faire ouvrir les yeux.

Observer la façon dont les sœurs se comportent avec ces femmes et hommes a mis la barre très haut. Là-bas, ce n'est pas la dimension perfection médicale qui est l'objet, chose que l'on cherche souvent à atteindre en France, mais de prendre soin avec Amour. Ces malades sont les pauvres des rues et les sœurs et aidants viennent les relever, leur redonner de la dignité en les prenant par la main.

Vraiment je voulais me rapprocher le plus possible de ces femmes dont je m'occupais pour faire comme Mère Teresa alors pour le reste de la mission j'ai vraiment demandé à Dieu de me donner un regard d'amour.

Les plaies terribles parfois liées à des atrocités d'une culture très décalée de la nôtre, eh bien c'étaient les plaies du Christ !

Le dernier soir, je demandais au Seigneur de m'aider à préparer mon retour à nos obligations, souvent assez compliqué pour moi après des temps forts, et en ouvrant la Bible il me disait :

« Ainsi, mes bien-aimés, vous qui avez toujours obéi, travaillez à votre Salut avec

crainte et profond respect ; ne le faites pas seulement quand je suis là, mais encore bien plus maintenant que je n'y suis pas. Car c'est Dieu qui agit pour produire en vous la volonté et l'action, selon son projet bienveillant. » (Philippiens 2).

Le message est clair et le Seigneur fait bien les choses. C'est pareil avec le carême, c'est un cadeau, un moyen pour continuer à avancer (*même après Pâques*) vers la sainteté.

Ce que je comprends c'est que chaque geste de tendresse, d'amour et d'apaisement entre nous Hommes, je pense vraiment que c'est une épine que l'on retire du

Christ et que cela lui fait du bien, lui qui nous aime.

On ne peut pas penser que c'est réservé aux autres ou dans certains moments extraordinaires de notre vie, ce serait une fausse modestie de ne pas se croire appelé à devenir Saint depuis notre baptême, comme le disait Pier Giorgio Frassati.

Je vous souhaite une vie simple, belle et droite, et vous qui êtes appelés au baptême vous êtes tous appelés à être des saints !



MERCREDI 25 MARS

SOLENNITÉ DE L'ANNONCIATION DU SEIGNEUR

Évangile de Jésus-Christ selon saint Luc 1, 26-28

L'ange entra chez elle et dit : « Je te salue, Comblée-de-grâce, le Seigneur est avec toi. » Car rien n'est impossible à Dieu. Marie dit alors : « Voici la servante du Seigneur ; que tout m'advienne selon ta parole. » Alors l'ange la quitta.

— *Aujourd'hui, je peux prier Marie pour une personne que je n'aime pas, pour ce prêtre de ma paroisse qui se donne sans compter, pour mes grands-parents, pour cette personne enterrée cette semaine sans que personne ne l'ait accompagnée à l'église. Oui prions, humblement, simplement Marie, la servante du Seigneur, car rien n'est impossible à Dieu.*



ND de Paris © CathoRouen

JEUDI 26 MARS

Genèse 17, 3-9

« Moi, voici l'alliance que je fais avec toi : tu devien-
dras le père d'une multitude de nations. Tu ne seras
plus appelé du nom d'Abram, ton nom sera Abraham,
car je fais de toi le père d'une multitude de nations.
Je te ferai porter des fruits à l'infini, de toi je ferai des
nations, et des rois sortiront de toi. J'établirai mon
alliance entre moi et toi, et après toi avec ta descen-
dance, de génération en génération ; ce sera une al-
liance éternelle ; ainsi je serai ton Dieu et le Dieu de ta
descendance après toi. »



- Abraham est une figure biblique de la confiance et de l'obéissance. Abraham est béni pour avoir obéi, pour avoir fait confiance et pour avoir écouté la voix du Seigneur.
- Est-ce que je sais remettre au Seigneur toutes mes angoisses et mes doutes ?
- Ce carême est une occasion pour moi de laisser le Seigneur me guider en tout.

VENDREDI 27 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Jean 10, 37-38

« Si je ne fais pas les œuvres de mon Père, continuez à ne pas me croire. Mais si je les fais, même si vous ne me croyez pas, croyez les œuvres. Ainsi vous reconnaîtrez, et de plus en plus, que le Père est en moi, et moi dans le Père. »



- *Connais-tu les œuvres de miséricorde ? Elles nous apprennent à nous décentrer de nous-même et nous invitent à la compassion avec celui qui doute, qui ignore ou qui pèche.*
- *Voilà ce à quoi nous sommes appelés en tant que chrétien, à nous décentrer de nous pour nous tourner vers les autres, vers le monde.*
- *Conseiller ceux qui doutent (en les écoutant d'abord, sans leur couper la parole).*
- *Enseigner les ignorants (en témoignant du Christ et de notre foi, en transmettant ce que nous avons reçu).*
- *Avertir les pécheurs : la correction fraternelle est un service de vérité et d'amour du prochain, pour remettre sur le bon chemin un frère qui allait à sa perte.*

Psaume 17

Je t'aime, Seigneur, ma force :
Seigneur, mon roc, ma forteresse,
Dieu mon libérateur, le rocher qui m'abrite,
mon bouclier, mon fort, mon arme de victoire !

SAMEDI 28 MARS

Les trois œuvres de miséricorde suivantes nous invitent à la miséricorde de Dieu qui nous offre la possibilité de nous réconcilier avec Dieu.



- *Consoler les affligés : en ouvrant son cœur pour offrir du réconfort.*

- *Pardonner les offenses : le Père nous a d'abord fait miséricorde. « Que le soleil ne se couche pas sur votre colère. » (Ep 4, 26)*

- *Supporter les personnes ennuyeuses : nous pensons à tous les tunnels de notre quotidien, les personnes qui nous parlent quand nous avons autre chose à faire, les appels interminables, ou cet enfant qui nous demande quelque chose alors que nous avons une mission à accomplir.*

DIMANCHE DES RAMEAUX 29 MARS

- *Avant d'entrer dans la semaine sainte, je fais le point sur les semaines qui viennent de se passer. Où est-ce que j'en suis dans ma prière ? Ai-je trouvé le temps de me confesser ?*

- *Seigneur, les tentations de découragement sont nombreuses, accompagne-moi dans chacune de mes missions.*



TÉMOIGNAGE CALCUTTA

SACHA

Passer la première semaine de 2026 en Inde, à 6 000 km de chez moi. Voilà un début d'année que je n'aurais jamais imaginé.

Quand le père nous a présenté ce pèlerinage à Calcutta, je n'ai eu aucune hésitation. Sans vraiment savoir pourquoi, je savais que je voulais y aller. Sans trop de raison si ce n'était un désir de découverte. Découverte d'un pays, d'une culture, découverte des autres, découverte de soi-même.

Mes attentes ont été comblées, largement.

J'ai découvert un autre monde, une autre réalité, une ville si différente, comme une fourmilière qu'on viendrait de bousculer : un grouillement continu, des bruits sans cesse, des cris, de moteurs, des klaxons, qui ne s'arrêtent jamais. Calcutta est une ville presque chaotique, mais pleine d'énergie, débordante de vie.

C'est dans le mouvement sans fin de cette ville que nous avons été plongés pendant 6 jours. Nous avons vécu le quotidien des volontaires au service des plus pauvres, via les missionnaires de la charité. Chaque matin, la journée commence à 6 heures avec la messe. Nous y retrouvons les missionnaires de la charité et les volontaires. Après le petit déjeuner, nous sommes envoyés en mission dans différents centres d'aide créés par les sœurs.

Celui où j'ai servi accueille des garçons handicapés pour qu'ils puissent grandir en sécurité et progresser. Nous avons aidé les

sœurs de différentes manières : service des repas, lavage du linge, changer les draps... Mais en vérité, les types de services que nous avons pu rendre importe peu, notre mission n'est pas de les sauver ou de changer leur vie. Non, notre mission est d'être une source d'amour, de joie et de paix pour ces garçons, dans chaque action, dans chaque geste.

Avec un simple sourire, une parole, un salut... Ces actions sont si simples, elles peuvent être faites partout.

C'est ce que nous a rappelé l'une des sœurs le dernier jour : « **Find your own Kolkata** » nous a-t-elle dit. Nous pouvons profiter du carême pour tous nous mettre au service des plus pauvres des pauvres.

Une fois par jour. Offrir un sourire, une parole, un geste à un pauvre, sans lui donner d'argent, mais en lui apportant de l'amour, lui montrer que nous voyons son humanité, sa dignité.

Pour chacun d'entre nous, mais tout spécialement pour nous frères et sœurs catéchumènes. Commençons chacun à servir, à donner, à aimer, à soigner chaque jour, mais faisons sans le montrer, gardons le secret.

Nous n'avons pas besoin d'expliquer ce que nous faisons. Dieu sait, cela suffit.

Soyons missionnaires de la charité, pauvres parmi les pauvres, mais porteurs d'amour.

Semaine Sainte

LUNDI SAINT 30 MARS

Isaïe 42, 1-4

Ainsi parle le Seigneur : « Voici mon serviteur que je soutiens, mon élu qui a toute ma faveur. J'ai fait reposer sur lui mon esprit ; aux nations, il proclamera le droit. Il ne criera pas, il ne haussera pas le ton, il ne fera pas entendre sa voix au dehors. Il ne brisera pas le roseau qui fléchit, il n'éteindra pas la mèche qui faiblit, il proclamera le droit en vérité. Il ne faiblira pas, il ne fléchira pas, jusqu'à ce qu'il établisse le droit sur la terre, et que les îles lointaines aspirent à recevoir ses lois. »



- Seigneur, aide-moi pendant toute cette semaine à ne pas crier, à ne pas hausser le ton.
- Aide-moi à ne pas briser par une parole, à ne pas éteindre une flamme par manque de considération.
- Seigneur, j'ai besoin de ton soutien, j'ai besoin de ton Esprit Saint car avec lui je peux tout.

MARDI SAINT 31 MARS

Évangile de Jésus-Christ selon saint Jean 13, 36

« Là où je vais, vous ne pouvez pas aller, je vous le dis maintenant à vous aussi. »



- Nous avons essayé de nous conformer au Christ pendant ce carême, de faire des efforts.
- Notre foi a besoin d'actes et de vérité. C'est Jésus qui nous sauve, nous ne nous sauvons pas nous-mêmes.
- Acceptons de ne pas vouloir tout gérer, acceptons que notre Salut appartient à Dieu. Aujourd'hui je décide d'aller vers Jésus, Il s'occupera du reste.



Tombeau de sainte Mère Teresa © CathoRouen - Calcutta 2026

MERCREDI SAINT 1^{ER} AVRIL

Isaïe 50, 4-7

« Chaque matin, il éveille, il éveille mon oreille pour qu'en disciple, j'écoute. »



Comme Jeanne d'Arc je veux dire aujourd'hui : Dieu premier servi. Je veux commencer ma journée en la mettant sous le regard de Dieu. Je demande au Seigneur la paix, la force, la joie, la douceur et la patience. En priant dès le réveil, en créant une routine matinale de prière, cela me permet de tout ordonner à Dieu. Le matin, le Seigneur nous éveille pour qu'en disciple nous l'écoutions.

Le saint cardinal John Henry Newman, docteur de l'Église depuis le 1^{er} novembre 2025 a écrit dans *Méditations et dévotions* : « **Si vous me demandez ce que vous devez faire pour être parfait, je dis, d'abord : Ne restez pas au lit après l'heure du lever ; donnez vos premières pensées à Dieu ; faire une bonne visite au Saint-Sacrement ; dites dévotement l'Angélus ; mangez et buvez à la gloire de Dieu ; dites bien le Rosaire ; soyez recueillis ; éloignez les mauvaises pensées ; faites bien votre méditation du soir ; examinez-vous quotidiennement ; allez vous coucher à l'heure, et vous êtes déjà parfait.** »

Retenons de donner nos premières pensées à Dieu et veillons à notre sommeil pour participer à notre unité de vie et à notre sainteté.

Qu'en cette semaine Sainte nous puissions nous tourner vers le Seigneur qui s'apprête à mourir pour nous, dès le matin, même par quelques mots d'amour et de foi, un simple acte de confiance, d'amour ou d'espérance, un beau signe de croix.



Témoignage d'un étudiant en 5^e année de médecine parti à Calcutta :

En lisant la Bible, il n'est pas difficile de voir que Jésus se donne pleinement aux pauvres, aux prostituées et aux enfants. Qu'il offre un amour gratuit, qu'il s'abaisse au plus bas, et cet amour vient nous toucher, alors nous rendons grâce et le louons.

Mais il m'était impossible de me rendre compte de cette beauté dans la pauvreté, m'arrêtant au voile de la misère. On pourrait dire : « Si Dieu est bon, pourquoi toute cette souffrance existe-t-elle sur la terre ? » Et Mère Teresa vient nous expliquer pourquoi : **c'est en nous abandonnant aux pauvres, en donnant notre amour, que nous serons sauvés. Les pauvres ne sont pas que des symboles de souffrance, on peut voir le Christ à travers eux.**

Voilà pourquoi je suis parti à Calcutta, dans un mélange d'excitation spirituelle, en vivant comme une sainte, et de peur d'être confronté à la misère de ceux qui ne possèdent rien à part l'amour du Christ.

Avant d'atterrir à Calcutta, il n'est pas difficile de se rendre compte du désastre de cette ville. C'est un bidonville géant, aucun bâtiment n'a l'air dignement habitable ; on voit les vives couleurs de ces immeubles délabrés, noircis par la pollution.

Sorti de l'avion, nous arrivons dans un aé-

roport neuf, magnifique et moderne. Alors la colère monte : il faudra passer outre ces inégalités indéniables et beaucoup trop présentes en Inde.

Réveil à 5 h 30 chaque matin pour confier au Seigneur nos peurs, nos joies, demander des grâces et se rapprocher de sainte « Mother Teresa », puis, ayant été affecté au centre Daya Dhan, il fallait prendre le bus et le « *touc-touc* » pour arriver dans ce centre d'enfants polyhandicapés et abandonnés à la naissance.

Ma première réaction fut l'impuissance : que dois-je faire et que puis-je faire ?

Ces handicaps, nous les avons en France, j'en suis conscient, mais l'absence de moyens de prise en charge est terrible. Les enfants sont pour la plupart en fauteuil, plus ou moins contentionnés ; pour manger, c'est un carnage : des troubles de l'oralité les empêchent d'avaler correctement, et les repas ressemblent plus à un gavage qu'à autre chose.

Ces enfants, s'ils n'avaient pas été recueillis par les sœurs, seraient morts depuis bien longtemps. Déchus de la société, aucune place ne leur aurait été faite, et la grande misère de la rue aurait été la seule issue. Pour trouver ma place, il me faudra deux jours et beaucoup de prière.

Ma place principale n'était pas de les aider

à manger ou de laver constamment l'urine par terre, mais de donner toute la tendresse et l'amour que je pouvais et qu'ils n'avaient pas.

Ces visages crispés, ces airs tristes qui s'illuminent lorsque vous prenez la main de ces enfants, ces sourires, ces regards me marqueront pour toujours.

Les sœurs arrivaient à les élever, à les rendre dignes et joyeux. Lorsqu'on a fêté les 18 ans d'un enfant, la joie m'a envahi, ému par la pureté de leurs âmes et par les joies qu'il leur était donné d'apporter dans ce centre.

Quel message ai-je tiré de cette semaine dans la peau de Mère Teresa ?

En France, ces souffrances sont plus cachées, médicalisées, et nous fermons les

yeux. À Calcutta, il était impossible de fermer les yeux... Touché par la parole de Dieu, je veux me rapprocher toujours plus près de lui, mais la prière ne suffit pas. Heureusement, très concrètement, j'ai compris que se donner et aimer me rapprocheraient de lui. Bien sûr, on aime sa famille, sa femme ou ses amis, mais le don gratuit est magnifique.

Cela va changer ma relation avec les patients. Et pour ce carême 2026, confions les âmes des pauvres au Seigneur à travers des chapelets, adorons notre Dieu et contemplons sa bonté dans la souffrance. Nous ne manquons pas d'associations dans lesquelles nous investir ; ensemble, soyons des missionnaires du Christ, même si cela prend du temps ou que nous pensons en manquer.

Faisons-leur une place dans nos cœurs pour nous rapprocher du Sacré-Cœur, qui brûle d'amour pour nous.



Calcutta 2026 © CathoRouen



Théodore & Sacha - Calcutta 2026 © CathoRouen

JEUDI SAINT 2 AVRIL

Isaïe 61

L'esprit du Seigneur Dieu est sur moi parce que le Seigneur m'a consacré par l'onction. Il m'a envoyé annoncer la bonne nouvelle aux humbles, guérir ceux qui ont le cœur brisé, proclamer aux captifs leur délivrance, aux prisonniers leur libération, proclamer une année de bienfaits accordée par le Seigneur, et un jour de vengeance pour notre Dieu, consoler tous ceux qui sont en deuil, ceux qui sont en deuil dans Sion, mettre le diadème sur leur tête au lieu de la cendre, l'huile de joie au lieu du deuil, un habit de fête au lieu d'un esprit abattu.



- *À l'occasion de la messe chrismale hier, les prêtres ont renouvelé leurs promesses sacerdotales, autour de leur évêque. Dans l'Évangile de cette messe, Jésus se rend à la Synagogue, lit le passage du livre d'Isaïe que nous venons d'entendre et dit : « Aujourd'hui s'accomplit ce passage de l'Écriture que vous venez d'entendre. »*
- *Aujourd'hui nous venons chercher auprès de Dieu la consolation, dans la prière, l'adoration, la messe, la Bible. Nous pouvons aussi aller la chercher auprès des prêtres pour lesquels nous prions particulièrement en ce jour, ces prêtres qui ont reçu l'onction.*
- *Prions pour les prêtres, pour ceux qui sont en forme afin qu'ils tiennent le coup et sachent se reposer, pour ceux qui faiblissent, afin qu'ils soient affermis et vivifiés, pour ceux qui rayonnent afin qu'ils soient féconds et entendus. Prions pour chacun d'entre eux qui a offert sa vie pour nous, qui a reçu la garde des pécheurs. Prions pour qu'ils intercèdent pour nous, qu'ils nous montrent le Ciel et nous conduisent à Dieu. Remercions-les, ouvrons-leur la porte de nos foyers, recevons-les simplement, écoutons-les. Soyons des Marthe, des Marie, des Lazare pour nos prêtres.*

VENDREDI SAINT 3 AVRIL

Jour de jeûne et d'abstinence

- En ce jour, nous méditons la mort de Jésus pour nous sur la croix. Nous venons nous prosterner devant le Christ qui nous sauve par la croix. Attachons-nous à Marie, au pied de la croix, essayons de nous mettre à sa place pour vivre ce vendredi Saint. Nous croyons que Jésus est mort pour nous, offrons lui notre temps, pour rendre grâce et le consoler.

SAMEDI SAINT 4 AVRIL

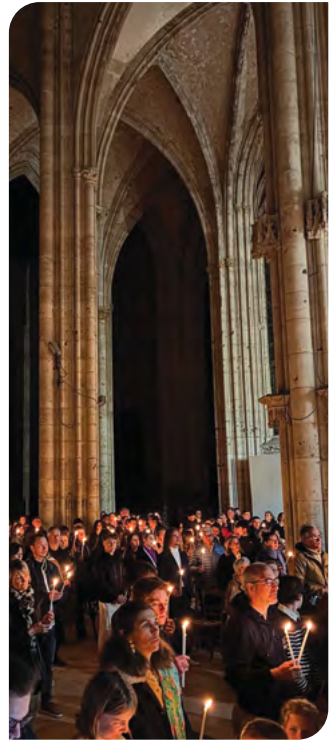
Jour de jeûne et d'abstinence

- Aujourd'hui le Christ est descendu aux enfers. Nous prions pour tous nos défunts. Nous faisons aussi mémoire de ce que le Christ a fait pour nous.
- *Je peux aller passer quelques heures de prière et de service dans l'abbatiale Saint-Ouen.*

DIMANCHE DE PÂQUES 5 AVRIL

*Christ est ressuscité ! Christ est vraiment ressuscité.
Alléluia !*

- Dieu a vaincu la mort, Dieu nous sauve, nous sommes avec lui victorieux du péché ! Soyons dans la joie immense de ce temps que nous venons de vivre et dans les 50 jours qui nous attendent vers la Pentecôte sous la conduite de l'Esprit Saint. Le chemin n'est jamais terminé, vivons la joie de la résurrection, fêtons Pâques pour que le Seigneur nous comble de ses grâces chaque jour de notre vie.
- Allons saluer les nouveaux baptisés !



TÉMOIGNAGE CALCUTTA

PÈRE GEOFFROY

Spizza, Spifriday sont deux lieux majeurs de mon apostolat rouennais : toutes les semaines pendant 2 heures, je vis avec des collégiens de 4^e et 3^e puis des lycéens, des temps spirituels forts. Sans compter les écoles catholiques Jean-Baptiste de la Salle, la Providence Sainte-Thérèse et Saint-François d'Assise où les jeunes ont les mêmes âges.

En arrivant à Calcutta, nous avons proposé nos services aux Missionnaires de la Charité. J'ai été affecté à l'orphelinat des adolescents polyhandicapés. Dès la première seconde dans cette bâtisse, j'ai compris que le Seigneur connectait mon ministère à Calcutta. Tout est lié ! Cris et violence, état inerte, dépressif ou au contraire généreux et serviable, angoisse visible, pépites dans des yeux lumineux témoignant un esprit vif enfermé dans un corps incontrôlé, passion pour la nourriture, croissance désordonnée, ils étaient tous là ! Ou plutôt vous étiez tous là ! Oui vous, tous les **Spifriday** et **Spizza** de toutes ces années vécues à Elbeuf avec le Trentain et le patronage « *Centre aérer ta foi* », à Dieppe avec les Jeunes Chrétiens de Dieppe et maintenant à Rouen, vous étiez là, devant moi.

Bouleversé, j'ai à nouveau vu tout le potentiel de votre humanité, vos talents, vos failles et vos souffrances aussi, vos vocations surtout. Là, devant moi, étranger de quelque jour accueilli dans la vie de ces

jeunes, j'ai « *compris* » leur propre potentiel. Ils sont le monde aujourd'hui, la vie aujourd'hui, l'avenir aujourd'hui, l'amour aujourd'hui, comme vous !

Les jeunes sont les mêmes partout dans le monde, avec les mêmes désirs, les mêmes cris, les mêmes aspirations ! Quelle joie de le vivre aussi intensément et quelle joie de pouvoir vous le transmettre ainsi aujourd'hui ! Je crois en vous ! Dieu croit en vous surtout !

God bless you!



SCRUTINS, APPEL DÉCISIF

- Appel décisif des adultes :
dimanche 22 février à 16 h à la cathédrale Notre-Dame de Rouen
- Appel décisif des adolescents :
dimanche 1^{er} mars à 16h à la cathédrale Notre-Dame de Rouen
- Scrutins, pour tous :
Scrutin 1 : **samedi 7 mars à 18 h 30** à Sainte-Jeanne d'Arc
Scrutin 2 : **dimanche 15 mars à 11 h 00** à Saint-Vivien
Scrutin 3 : **dimanche 22 mars à 18 h 30** à Saint-Maclou



MESSES DU DIMANCHE DES RAMEAUX

- **Le samedi 28 mars :**
 - 18 h 30 : Sainte-Jeanne d'Arc
 - 18 h 30 : Saint-Hilaire
 - 18 h 30 : Sacré-Coeur
- **Le dimanche 29 mars :**
 - 9 h 00 : Saint-Godard
 - 10 h 30 : Saint-Gervais
 - 11 h 00 : Saint-Vivien
 - 11 h 00 : Saint-Romain
 - 16 h 00 : procession des chars depuis l'église Saint-Godard
 - 18 h 30 : Saint-Maclou



SEMAINE SAINTE - TRIDUUM - PÂQUES

● **Lundi Saint :**

le 30 mars, messe à 18 h 30 à Saint-Ouen,
confession à l'issue de la messe

● **Mardi Saint :**

le 31 mars, messe à 18 h 30 à Saint-Ouen,
confession à l'issue de la messe

● **Messe Chrismale :**

le mercredi 1^{er} avril à 18 h 30 à la cathédrale
Notre-Dame de Rouen

● **Jeudi Saint :**

le jeudi 2 avril à 20 h 30 à Saint-Ouen,
confession à l'issue de la messe

● **Vendredi Saint :**

le vendredi 3 avril à 20 h 30 à Saint-Ouen
la quête est destinée à la Terre Sainte
confession à l'issue de la messe

- **Chemin de croix** dans toutes les églises
de CathoRouen à 15 h 00

- **Chemin de croix à vélo**, départ à 12 h 00
de l'église Saint-Godard

● **Samedi Saint :**

le samedi 4 avril, offices à Saint-Ouen :

- **9 h 00** : laudes avec Traditio pour les catéchumènes
- **12 h 00** : office du milieu du jour
- **15 h 00** : office des lectures
- **18 h 30** : office de vêpres avec Redditio
pour les catéchumènes

● **Dimanche de Pâques :**

le dimanche 5 avril

- **5 h 00 du matin à Saint-Ouen**
avec baptêmes des catéchumènes
- **10 h 30 à Saint-Gervais**
- **11 h 00 à Saint-Romain**
- **11 h 00** départ de Saint-Maclou avec bénédiction
du buis et **messe à Saint-Ouen**
- **11 h 00** à Saint-Vivien suivi d'un déjeuner paroissial
pour tous (inscriptioncathorouen@gmail.com)



Plus d'informations à venir.
Communication sur
les réseaux sociaux.

Lieux de service rouennais

Le carême est un temps privilégié pour ouvrir nos cœurs et poser des actes concrets de solidarité. Voici quelques propositions pour poser des gestes concrets de service et de don de soi.

VIE DANS LES ÉGLISES

Pendant le carême, vous pouvez offrir un peu de votre temps à la paroisse : participer au ménage et à l'entretien des églises, assurer l'accueil des fidèles, aider à l'animation des messes (*chants, lectures, service de l'autel...*), ou rendre tout autre service selon vos talents.

Contact : cathorouen@gmail.com

CCFD – TERRE SOLIDAIRE

Le CCFD – Terre Solidaire (*Comité Catholique contre la Faim et pour le Développement*) agit avec les populations les plus vulnérables pour lutter contre la faim et les injustices. Vous aussi, avec cette ONG, œuvrez pour des solutions durables, adaptées aux réalités du territoire, dans une démarche de coopération, non d'assistance, afin de construire un avenir plus juste. Mandaté par les évêques de France, le CCFD - Terre Solidaire sollicite les chrétiens le 5^e dimanche de carême afin de participer à l'œuvre de construction d'un monde plus juste.

Mme Marie-Véronique BRULARD : 06 45 85 29 31

Mme Anne DERIVIERE : 06 50 78 13 04



Le dimanche des Rameaux, nous vous proposons de rejoindre la procession des chars. Vous pouvez rejoindre les équipes de réalisation des chars de votre clocher. Saint-Maclou, Saint-Vivien, l'enseignement catholique, les scouts, Saint-Romain, Saint-Godard, Saint-Ouen, Sainte-Jeanne d'Arc, Saint-Hilaire, le patronage Saint-Nicolas ont commencé à réaliser un char !

SHMA

Le SHMA (« *shma* » = « écoute » en hébreu) accompagne les familles et proches de personnes détenues à la maison d'arrêt de Rouen. Devenez vous aussi bénévole pour offrir un accueil chaleureux, une écoute attentive et un soutien concret lors des parloirs, en aidant aux démarches et/ou en prenant soin des enfants.

Christiane Rousseau : 06 70 23 17 91

Adresse : 64 bis rue de Fontenelle, 76 000 Rouen

PETITS FRÈRES DES PAUVRES

Les Petits Frères des Pauvres de Rouen accompagnent les personnes âgées isolées par des visites à domicile, des rencontres et des sorties. Grâce à la présence fidèle des bénévoles (*peut-être vous bientôt !*), des liens se recréent, redonnant confiance, joie et élan de vie à celles et ceux qui souffrent de solitude.

07 56 30 24 61 - rouen@petitsfreresdespauvres.fr

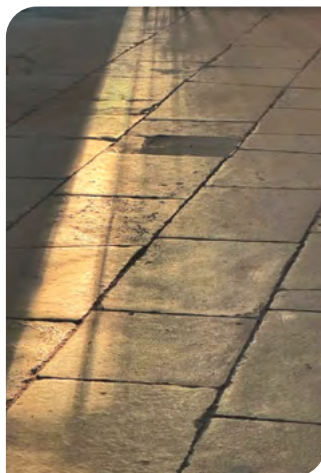
Adresse : 17 rue Victor Hugo

SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT-DE-PAUL

La Société de Saint-Vincent-de-Paul est un mouvement d'apostolat charitable fondé sur une forte dimension spirituelle. En devenant bénévole, vivez une charité de proximité, à travers les visites à domicile et la rencontre des personnes isolées ou en difficulté.

Permanence téléphonique : 02 35 98 57 39

Adresse : 41 route de Neufchâtel, 76 000 Rouen



Y A DE LA JOIE !

L'association Y'a de la Joie ! va à la rencontre des personnes dans le besoin lors de maraudes chantantes. Par la musique, les sourires et la présence fraternelle, les bénévoles offrent un moment de joie et partagent l'espérance. Si vous voulez rajouter votre note de musique à la belle partition que nous sommes en train d'écrire ensemble, n'hésitez pas à les contacter !

Suzie Bodot : 07 68 20 09 89

ORDRE DE MALTE

L'Ordre de Malte France est une association catholique hospitalière qui place la charité au cœur de sa mission. Elle agit auprès des personnes les plus fragiles à travers des actions concrètes de solidarité, de santé, de médico-social et de secourisme, au service de la dignité de chacun. Vous souhaitez vous investir au service des personnes de la rue ? Si vous souhaitez y participer, contactez-les !

delegation76@ordredemaltefrance.org

AUMÔNERIE DES GENS DE LA RUE

L'aumônerie des gens de la rue accueille chaque lundi les personnes isolées ou en difficulté pour des rencontres fraternelles, l'écoute et la prière partagée. Elle informe, soutient et témoigne de l'amour de Dieu à travers la foi, l'espérance et la charité, offrant un lieu d'accueil et de solidarité concrète.

Rémy Lemaire : 06 60 93 91 44



LA DCC

« *Tu n'as qu'une vie : mets-la à profit* » :

La DCC recrute des volontaires !

La Délégation Catholique pour la Coopération (DCC) est le service du volontariat international de l'Église en France.

Elle soutient les projets de développement de ses partenaires du Sud par la mise en place de missions de volontariat de 3 mois à 2 ans. Elle accompagne ainsi chaque année près de 500 volontaires dans 50 pays, dans tous les types de métiers (*enseignants, ingénieurs, médecins, comptables, animateurs...*) et dans tous les domaines de développement (*rural, santé, social, environnement...*).

Le volontariat est ouvert à toute personne, de 18 à 75 ans, disposant d'une compétence professionnelle. Il s'adresse aux célibataires, aux couples ou aux familles. En mettant leurs compétences au service des plus pauvres, les volontaires vivent une expérience humaine, professionnelle et spirituelle unique. Ils sont envoyés par l'Église comme témoins du Christ et deviennent acteurs de paix et de fraternité.

Découvrez les missions de la DCC et faites-les connaître.

Rendez-vous sur notre site : ladcc.org

Mme Laurence Dyck : 06 98 11 72 38



© ladcc.org



© ladcc.org

L'ŒUVRE D'ORIENT

Depuis plus de 160 ans, l'Œuvre d'Orient est engagée auprès des chrétiens d'Orient dans 23 pays au Moyen-Orient, dans la Corne de l'Afrique, en Europe Orientale et en Inde.

En temps de guerre comme de paix, elle soutient l'action des évêques, des prêtres et des communautés religieuses qui interviennent auprès de tous, sans considération d'appartenance religieuse.

4 domaines d'actions : éducation, soins et aide sociale, actions auprès des communautés, culture et patrimoine.

oeuvre.d.orient.rouen@gmail.com



© oeuvre-orient.fr

ENFANTS DU MÉKONG

Enfants du Mékong est une association de parrainage depuis 1958. En 2021, ce sont plus de 23 000 enfants parrainés et 60 000 enfants soutenus qui peuvent ainsi accéder à l'éducation, se construire et s'insérer professionnellement. Les enfants parrainés vivent dans 6 pays : Vietnam, Birmanie, Cambodge, Thaïlande, Philippines et Laos. L'association soutient la construction d'une centaine de projets de développement par an (*écoles, puits...*) et gère 10 centres et 78 foyers. Elle envoie aussi 60 volontaires de solidarité internationale, les Bambous, sur le terrain pour des missions humanitaires d'une durée minimum d'un an.



© enfantsdumekong.com

Les 3 groupes *MorningSpi*, *Spizza*, *Spifriday* reçoivent pour le carême des destinations : Ur en Chaldée, Nivive, Jericho : 3 des plus vieilles villes du monde ! Rouen aussi est une vieille ville et le temps de sa conversion est arrivé ! Les jeunes catholiques et leurs amis vivront chaque semaine de carême un pèlerinage urbain pour prier pour que les coeurs des rouennais s'ouvrent au Christ Rédempteur, à la suite des récents très nombreux catéchumènes et des familles catholiques fidèles au Christ et à l'Église, depuis des siècles.



MORNINGSPI : UR !

- **Pour qui ?** Pour tous les collégiens de 6^e et 5^e
- **Quel jour ?** Le samedi matin :
7 mars, 14 mars, 21 mars et 28 mars
- **Quelle heure ?** Départ à 10 h et retour à 12 h
- **Où ?** 12 place de la Rougemare



SPIZZA : NINIVE !

- **Pour qui ?** Pour tous les collégiens, baptisés ou non, avec leurs amis. de 4^e, 3^e, des collèges publics ou catholiques
- **Quel jour ?** Tous les mercredis de l'année scolaire
- **Quelle heure ?** 12 h 15 - 12 h 50 : pizza,
12 h 50 - 14 h 00 : à la découverte de Ninive !
- **Où ?** Dans l'église Saint-Romain
- **Au menu :** pizzas et gâteaux dans la salle paroissiale, puis enseignements par le Père Geoffroy.
- **Prix :** 4€ pour un topo + une pizza





SPIFRIDAY DE CARÊME : JÉRICO !

- **Pour qui ?** Pour tous les lycéens, de la Seconde à la Terminale, des lycées publics ou catholiques, généraux, technologiques ou professionnels.
- **Quel jour ?** Tous les vendredis du temps scolaire
- **Quelle heure ?** De 18 h à 19 h 30
- **Où ?** Rendez-vous à la Rougemare et marche de conversion

Une belle occasion hebdomadaire pour affermir sa foi, poser des questions, développer l'amitié avec le Christ dans l'Eglise, avec le Père Geoffroy et des animateurs. **Pas besoin de s'inscrire, venez comme vous êtes !**



Prières et méditations

Seigneur, quand je suis affamé,
donne-moi quelqu'un qui ait besoin de nourriture.
Quand j'ai soif, envoie-moi quelqu'un qui ait besoin d'eau.
Quand j'ai froid, envoie-moi quelqu'un à réchauffer.
Quand je suis blessé, donne-moi quelqu'un à consoler.
Quand ma croix devient lourde, donne-moi la croix d'un autre à partager.
Quand je suis pauvre, conduis-moi à quelqu'un dans le besoin.
Quand je n'ai pas de temps,
donne-moi quelqu'un que je puisse aider un instant.
Quand je suis humilié, donne-moi quelqu'un dont j'aurai à faire l'éloge.
Quand je suis découragé, envoie-moi quelqu'un à encourager.
Quand j'ai besoin de la compréhension des autres,
donne-moi quelqu'un qui ait besoin de la mienne.
Quand j'ai besoin qu'on prenne soin de moi,
envoie-moi quelqu'un dont j'aurai à prendre soin.
Quand je ne pense qu'à moi, tourne mes pensées vers autrui.

Amen.

Mère Teresa
(1910 - 1997)



© Mère Teresa, 1995 – Wikimedia Commons

Méditation de saint Charles de Foucauld (1858-1916)

Il faut passer par le désert et y séjourner pour recevoir la Grâce de Dieu ; c'est là qu'on se vide, qu'on chasse de soi tout ce qui n'est pas Dieu et qu'on vide complètement cette petite maison de notre âme pour laisser toute la place à Dieu seul. C'est indispensable... C'est un temps de grâce, c'est une période par laquelle toute âme qui veut porter des fruits doit nécessairement passer. Il lui faut ce silence, ce recueillement, cet oubli de tout le créé, au milieu desquels Dieu établit son règne et forme en elle l'esprit intérieur. Si cette vie intérieure est nulle, il y aura beau avoir du zèle, de bonnes intentions, beaucoup de travail, les fruits sont nuls : c'est une source qui voudrait donner de la sainteté aux autres, mais qui ne peut, ne l'ayant pas : on ne donne que ce qu'on a et c'est dans la solitude, dans cette vie, seul avec Dieu seul, dans ce recueillement profond de l'âme qui oublie tout le créé pour vivre seule en union avec Dieu, que Dieu se donne tout entier à celui qui se donne ainsi tout entier à Lui. Notre Seigneur n'en n'avait pas besoin mais il a voulu nous donner l'exemple.

Prière pour le carême de saint Anselme (1033-1109)

Seigneur mon Dieu, donne à mon cœur de te désirer ; en te désirant, de te chercher ; en te cherchant, de te trouver ; en te trouvant, de t'aimer ; et en t'aimant, de racheter mes fautes ; et une fois rachetées, de ne plus les commettre. Seigneur mon Dieu, donne à mon cœur la pénitence, à mon esprit le repentir, à mes yeux la source des larmes, et à mes mains la largesse de l'aumône. Toi qui es mon Roi, éteins en moi les désirs de la chair, et allume le feu de ton amour. Toi qui es mon Rédempteur, chasse de moi l'esprit d'orgueil, et que ta bienveillance m'accorde l'esprit de ton humilité. Toi qui es mon Sauveur, écarte de moi la fureur de la colère, et que ta bonté me concède le bouclier de la patience. Toi qui es mon Créateur, déracine de mon âme la rancœur, pour y répandre la douceur d'esprit. Donne-moi, Père très bon, une foi solide, une espérance assurée et une charité sans faille. Toi qui me conduis, écarte de moi la vanité de l'âme, l'inconstance de l'esprit, l'égarement du cœur, les flatteries de la bouche, la fierté du regard. Ô Dieu de miséricorde, je te le demande par ton Fils bien-aimé, donne-moi de vivre la miséricorde, l'application à la piété, la compassion avec les affligés, et le partage avec les pauvres.

Prière pour parvenir jusqu'au bout de l'exercice du carême de saint Basile le Grand (329-379)

Seigneur tout-puissant, qui avez créé toutes choses selon votre Sagesse ; dans votre Providence ineffable et votre grande Bonté, Vous nous avez accordé ces saints jours pour que nous puissions purifier nos âmes et nos corps, nous tenir écartés des passions et espérer la Résurrection. À Votre serviteur Moïse, Vous avez donné après quarante jours les tables de la loi écrites de Votre main divine. Faites, Seigneur, que nous combattons le bon combat et parvenions jusqu'au bout de l'exercice du Carême. Puissions-nous conserver intacte notre foi, anéantir nos ennemis invisibles et être vainqueurs de nos péchés, pour venir adorer Votre sainte Résurrection ! Car votre Nom sublime est béni et glorifié, Père, Fils et Saint-Esprit, maintenant, et toujours, et dans tous les siècles. Amen.

Prière de saint Thomas More (1478-1535)

Dieu tout-puissant, écarte de moi
toute préoccupation de vanité,
tout désir d'être loué,
tout sentiment d'envie,
de gourmandise, de paresse et de luxure,
tout mouvement de colère,
tout appétit de vengeance,
tout penchant à souhaiter du mal à autrui
ou à m'en réjouir,
tout plaisir à provoquer la colère,
toute satisfaction que je pourrais

éprouver à admonester qui que ce soit
dans son affliction ou son malheur.
Rends-moi, Seigneur,
bon, humble et effacé,
calme et paisible,
charitable et bienveillant,
tendre et compatissant.
Qu'il y ait dans toutes mes actions,
dans toutes mes paroles
et dans toutes mes pensées,
un goût de ton Esprit saint et béni.

Pape saint Jean Paul II, Angélus du 10 mars 1996

Parmi les pratiques pénitentielles que nous propose l'Église, surtout en ce temps de Carême, il y a le jeûne. Il comporte une sobriété spéciale dans la prise de nourriture, étant saufs les besoins de notre organisme. Il s'agit d'une forme traditionnelle de pénitence qui n'a rien perdu de sa signification, et que l'on doit même peut-être redécouvrir, surtout en cette partie du monde et dans ces milieux où non seulement la nourriture abonde mais où l'on rencontre parfois des maladies dues à la suralimentation. À l'évidence, le jeûne pénitentiel est très différent des régimes alimentaires thérapeutiques. Mais, à sa manière, on peut y voir comme une thérapie de l'âme. En effet, pratiqué en signe de conversion, il facilite l'effort intérieur pour se mettre à l'écoute de Dieu. Jeûner, c'est réaffirmer à soi-même ce que Jésus répliqua à Satan qui le tentait au terme de quarante jours de jeûne au désert : « ***L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu*** » (Mt 4,4). Aujourd'hui, spécialement dans les sociétés de bien-être, on comprend difficilement le sens de cette parole évangélique. La société de consommation, au lieu d'apaiser nos besoins, en crée toujours de nouveaux, engendrant même un activisme démesuré... Entre autres significations, le jeûne pénitentiel a précisément pour but de nous aider à retrouver l'intériorité.

Prière de saint Jean Bosco (1815-1888)

Jésus, prends mes yeux, mes regards blessants et mes aveuglements égoïstes ; donne-moi Tes yeux pour m'émerveiller comme Toi, et pour voir avec Ton cœur. Jésus prends mes mains si souvent paresseuses et querelleuses ; donne-moi Tes mains pour partager et servir, pour travailler et pour bâtir, Tes mains percées de clous pour m'offrir à Ton Père avec Toi ! Jésus, prends mes lèvres gourmandes et médisantes ; donne-moi Tes lèvres pour me taire et pour prier, pour bénir et remercier, pour sourire et pour chanter. Jésus, prends mon cœur avec ses duretés et ses colères ; donne-moi Ton cœur, un cœur pacifique pour faire la paix, un cœur magnifique pour donner sans compter, un cœur humble et doux pour Te reconnaître dans le frère le plus appauvri. Seigneur, accorde à mon âme de vivre de Toi et de toujours éprouver la douceur de Ta présence !

Amen.

Conférences de Carême Les fondamentaux de la foi

Église Sainte-Jeanne d'Arc

1 DIMANCHE 1^{ER} MARS, 16 H

Le carême intégral : entre les cendres et le lavement des pieds,
que se passe-t-il ?

2 DIMANCHE 8 MARS, 16 H

Musclez votre vie spirituelle. Les combats sont nombreux.
Se préparer au pardon.

3 DIMANCHE 15 MARS, 16 H

Toujours choisir le Christ et l'Église pour discerner

4 DIMANCHE 22 MARS, 16 H

La croix : le centre de notre vie.



Réseaux sociaux



Site internet : cathorouen.org



Instagram : @cathorouen



Facebook : Paroisses catholiques de Rouen centre



Tiktok : @pere_geoffroy



Linkedin : Geoffroy de la Tousche



Spotify : God bless you !



Youtube : CathoRouen



Snapchat



Whatsapp : Communauté WhatsApp

CathoRouen
Groupe WhatsApp



Envoyez votre numéro à
cathorouen@gmail.com
pour être inscrits sur le Whatsapp
(*anonyme*) de la paroisse.



