

GUIDE PRATIQUE de la Sainte Messe

Rite romain ordinaire (forme ordinaire)

Ce guide vous accompagne pas à pas tout au long de la messe. Il vous indique ce que dit le prêtre, ce que répond l'assemblée, et ce qu'il faut faire à chaque moment. Vous pouvez l'imprimer et l'apporter avec vous.

Fond vert : Réponse de l'assemblée — ce que **vous dites**

Fond bleu : Paroles du prêtre (pour situer le dialogue)

Fond orange : Action à faire (se lever, s'asseoir, se signer...)

PARTIE I — LES RITES D'ENTRÉE

Les rites d'entrée rassemblent l'assemblée et la préparent à célébrer. Ils commencent à l'arrivée de la procession et se terminent avant la Liturgie de la Parole.

1. La procession d'entrée

Le prêtre (et les servants) entrent en procession depuis la sacristie jusqu'à l'autel pendant que l'on chante le chant d'entrée.

■ **Se lever. Chanter avec l'assemblée si vous connaissez le chant.**

2. Le salut initial et le signe de croix

Une fois à l'autel, le prêtre se tourne vers l'assemblée et dit :

† *Le prêtre*

Au nom du Père, et du Fils, et du Saint-Esprit.

■ **L'assemblée répond**

Amen.

Le prêtre dit ensuite l'une de ces formules de salut :

† *Le prêtre (formule courante)*

La grâce de Jésus notre Seigneur, l'amour de Dieu le Père et la communion de l'Esprit Saint soient toujours avec vous.

■ **L'assemblée répond**

Et avec votre esprit.

■ Faire le signe de croix avec le prêtre : front, poitrine, épaule gauche, épaule droite.

3. L'acte pénitentiel

Le prêtre invite l'assemblée à reconnaître ses péchés :

† Le prêtre

Reconnaissons que nous sommes pécheurs, pour célébrer dignement les saints mystères.

Silence. Puis tous ensemble :

■ L'assemblée (et le prêtre)

Je confesse à Dieu tout-puissant, je reconnais devant mes frères, que j'ai péché en pensée, en parole, par action et par omission ; oui, j'ai vraiment péché. C'est pourquoi je supplie la Vierge Marie, les anges et tous les saints, et vous aussi, mes frères, de prier pour moi le Seigneur notre Dieu.

† Le prêtre

Que Dieu tout-puissant nous fasse miséricorde ; qu'il nous pardonne nos péchés et nous conduise à la vie éternelle.

■ L'assemblée

Amen.

4. Le Kyrie

Le Kyrie est une invocation de miséricorde, souvent chanté. Il peut être alterné entre le prêtre (ou un chantre) et l'assemblée :

■ L'assemblée (chanté ou dit)

Seigneur, prends pitié. (×2 ou ×3) Ô Christ, prends pitié. (×2 ou ×3) Seigneur, prends pitié. (×2 ou ×3)

5. Le Gloria

Le Gloria est un hymne de louange. Il est dit ou chanté les dimanches (sauf pendant l'Avent et le Carême) et les fêtes importantes. Debout, tous ensemble :

■ L'assemblée

Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes qu'il aime. Nous te louons, nous te bénissons, nous t'adorons, nous te glorifions, nous te rendons grâce, pour ton immense gloire, Seigneur Dieu, Roi du ciel, Dieu le Père tout-puissant. Seigneur, Fils unique, Jésus-Christ, Seigneur Dieu, Agneau de Dieu, le Fils du Père ; toi qui enlèves le péché du monde, prends pitié de nous ; toi qui enlèves le péché du monde, reçois notre prière ; toi qui es assis à la droite du Père, prends pitié de nous. Car toi seul es saint, toi seul es Seigneur, toi seul es le Très-Haut : Jésus-Christ, avec le Saint-Esprit, dans la gloire de Dieu le Père. Amen.

6. La collecte (oraison d'ouverture)

Le prêtre dit : « Prions. » Un bref silence s'installe. Puis il prononce la prière d'ouverture, propre à chaque messe.

† Le prêtre (conclusion)

...par Jésus-Christ, ton Fils, notre Seigneur...

■ **L'assemblée**

Amen.

■ **On s'assoit après l'Amen de la collecte.**

PARTIE II — LA LITURGIE DE LA PAROLE

Dieu nous parle à travers les Écritures. Nous écoutons, nous méditons, et nous répondons. C'est le cœur de la première grande partie de la messe.

1. La première lecture

Un lecteur lit un texte de l'Ancien Testament (ou des Actes des Apôtres pendant le Temps pascal). Rester assis et écouter.

■ **S'asseoir. Écouter attentivement.**

† *Le lecteur (à la fin)*

Parole du Seigneur.

■ **L'assemblée**

Nous rendons grâce à Dieu.

2. Le psaume responsorial

Un psalmiste chante ou dit un psaume. L'assemblée répète un refrain après chaque strophe. Le refrain est généralement écrit dans le livret ou projeté.

■ **L'assemblée**

Répéter le refrain après chaque strophe du psaume.

3. La deuxième lecture

Les dimanches et grandes fêtes, un lecteur lit un texte des épîtres (lettres de saint Paul ou d'autres apôtres).

† *Le lecteur (à la fin)*

Parole du Seigneur.

■ **L'assemblée**

Nous rendons grâce à Dieu.

4. L'Alléluia (acclamation de l'Évangile)

On se lève pour accueillir la Parole d'Évangile. Pendant le Carême, l'Alléluia est remplacé par une autre acclamation (ex. : « Gloire et louange à toi, Seigneur Jésus »).

■ **Se lever.**

■ **L'assemblée**

Alléluia ! Alléluia ! Alléluia ! (ou le verset propre au jour, répété)

5. L'Évangile

Le diacre ou le prêtre annonce l'Évangile. On peut faire trois petits signes de croix : sur le front, les lèvres et la poitrine (pour que la Parole soit dans nos pensées, sur nos lèvres et dans notre cœur).

† *Le diacre / prêtre*

Le Seigneur soit avec vous.

■ L'assemblée

Et avec votre esprit.

† *Le diacre / prêtre*

Évangile de Jésus-Christ selon saint [Nom].

■ L'assemblée

Gloire à toi, Seigneur.

■ **Faire le signe de croix sur le front, les lèvres et la poitrine. Écouter debout.**

† *À la fin*

Acclamons la Parole de Dieu.

■ L'assemblée

Louange à toi, Seigneur Jésus.

■ **S'asseoir après l'acclamation finale.**

6. L'homélie

Le prêtre ou le diacre commente les textes de la messe du jour. C'est un temps d'écoute et de méditation.

■ **S'asseoir. Écouter l'homélie.**

7. La profession de foi (le Credo)

Les dimanches et solennités, toute l'assemblée se lève et proclame sa foi :

■ **Se lever.**

■ L'assemblée (Symbole de Nicée-Constantinople)

Je crois en un seul Dieu, le Père tout-puissant, Créateur du ciel et de la terre, de l'univers visible et invisible. Je crois en un seul Seigneur, Jésus-Christ, le Fils unique de Dieu, né du Père avant tous les siècles : il est Dieu, né de Dieu, lumière, née de la lumière, vrai Dieu, né du vrai Dieu. Engendré, non pas créé, de même nature que le Père ; et par lui tout a été fait. Pour nous les hommes, et pour notre salut, il descendit du ciel ; [s'incliner] par l'Esprit Saint, il a pris chair de la Vierge Marie, et s'est fait homme. [se redresser] Crucifié pour nous sous Ponce Pilate, il souffrit sa passion et fut mis au tombeau. Il ressuscita le troisième jour, conformément aux Écritures, et il monta au ciel ; il est assis à la droite du Père. Il reviendra dans la gloire, pour juger les vivants et les morts ; et son règne n'aura pas de fin. Je crois en l'Esprit Saint, qui est Seigneur et qui donne la vie ; il procède du Père et du Fils ; avec le Père et le Fils, il reçoit même adoration et même gloire ; il a parlé par les prophètes. Je crois en l'Église, une, sainte, catholique et apostolique. Je reconnais un seul baptême pour le pardon des péchés. J'attends la résurrection des morts, et la vie du monde à venir. Amen.

8. La prière universelle (prière des fidèles)

Des intentions de prière sont annoncées : pour l'Église, le monde, les défunts, les malades... Après chaque intention :

† *Le lecteur / diacre*

Nous te prions, Seigneur. (ou formule propre à la paroisse)

■ **L'assemblée**

Seigneur, écoute notre prière. (ou selon la formule de la paroisse)

■ **S'asseoir après le Credo si l'on est debout, ou rester debout selon la coutume locale.**

PARTIE III — LA LITURGIE EUCHARISTIQUE

C'est le cœur de la messe. Le pain et le vin deviennent le Corps et le Sang du Christ. Cette partie se compose de la préparation des dons, de la grande Prière eucharistique et de la communion.

1. La préparation des dons (l'offertoire)

Des fidèles apportent (ou le prêtre prépare) le pain et le vin sur l'autel. Une quête peut avoir lieu. Un chant accompagne généralement ce moment.

■ **S'asseoir pendant la préparation des dons. Participer à la quête.**

Le prêtre élève le pain et dit une prière (à voix basse ou haute) :

† *Le prêtre (si dit à voix haute)*

Tu es béni, Dieu de l'univers, toi qui nous donnes ce pain, fruit de la terre et du travail des hommes ; nous te le présentons : il deviendra le pain de la vie.

■ **L'assemblée (si dit à voix haute)**

Béni soit Dieu, maintenant et toujours !

Puis le vin :

† *Le prêtre (si dit à voix haute)*

Tu es béni, Dieu de l'univers, toi qui nous donnes ce vin, fruit de la vigne et du travail des hommes ; nous te le présentons : il deviendra le vin du Royaume éternel.

■ **L'assemblée (si dit à voix haute)**

Béni soit Dieu, maintenant et toujours !

† *Le prêtre*

Priez, frères, pour que mon sacrifice, qui est aussi le vôtre, soit agréable à Dieu le Père tout-puissant.

■ **L'assemblée**

Que le Seigneur reçoive de vos mains ce sacrifice à la louange et à la gloire de son nom, pour notre bien et celui de toute l'Église.

2. La Prière eucharistique

C'est la grande prière de la messe, au cours de laquelle s'accomplit la consécration. Elle commence par le dialogue de la Préface.

■ **Se lever pour la Préface.**

† *Le prêtre*

Le Seigneur soit avec vous.

■ **L'assemblée**

Et avec votre esprit.

† *Le prêtre*

Élevons notre cœur.

■ **L'assemblée**

Nous le tournons vers le Seigneur.

† *Le prêtre*

Rendons grâce au Seigneur notre Dieu.

■ **L'assemblée**

Cela est juste et bon.

Le prêtre dit la Préface (action de grâce). À la fin, l'assemblée chante le Sanctus :

■ **L'assemblée — Le Sanctus (chanté)**

Saint ! Saint ! Saint, le Seigneur, Dieu de l'univers ! Le ciel et la terre sont remplis de ta gloire. Hosanna au plus haut des cieux. Béni soit celui qui vient au nom du Seigneur. Hosanna au plus haut des cieux.

■ **S'agenouiller après le Sanctus (ou s'incliner profondément si impossible).**

La consécration

Le prêtre prononce les paroles de la consécration sur le pain, puis sur le vin. C'est le moment central de la messe.

† *Le prêtre (sur le pain)*

Car, dans la nuit qui le livrait, il prit le pain, il dit la bénédiction, il le rompit et le donna à ses disciples, en disant : PRENEZ ET MANGEZ-EN TOUS : CECI EST MON CORPS, LIVRÉ POUR VOUS.

† *Le prêtre (sur le vin)*

De même, après le repas, il prit la coupe, dit la bénédiction et la donna à ses disciples en disant : PRENEZ ET BUVEZ-EN TOUS, CAR CECI EST LA COUPE DE MON SANG, LE SANG DE L'ALLIANCE NOUVELLE ET ÉTERNELLE, QUI SERA VERSÉ POUR VOUS ET POUR LA MULTITUDE EN RÉMISSION DES PÉCHÉS. VOUS FEREZ CELA EN MÉMOIRE DE MOI.

† *Le prêtre*

Il est grand, le mystère de la foi !

■ **L'assemblée (acclamation — au choix)**

Nous proclamons ta mort, Seigneur Jésus, nous célébrons ta résurrection, nous attendons ta venue dans la gloire. — ou — Gloire à toi qui étais mort, gloire à toi qui es vivant, notre Sauveur et notre Dieu : viens, Seigneur Jésus !

Le prêtre continue la Prière eucharistique. Elle se termine par la doxologie :

† *Le prêtre (doxologie, en élevant le pain et la coupe)*

Par lui, avec lui et en lui, à toi, Dieu le Père tout-puissant, dans l'unité du Saint-Esprit, tout honneur et toute gloire, pour les siècles des siècles.

■ **L'assemblée — Grand Amen**

Amen !

■ Se lever après le Grand Amen.

3. Le Notre Père

† Le prêtre

Appelés à la communion par le Seigneur lui-même, osons dire la prière qu'il nous a apprise :

■ L'assemblée (debout)

Notre Père qui es aux cieux, que ton nom soit sanctifié, que ton règne vienne, que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel. Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour. Pardonne-nous nos offenses, comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés. Et ne nous soumets pas à la tentation, mais délivre-nous du Mal.

† Le prêtre

Délivre-nous de tout mal, Seigneur, [...]

■ L'assemblée

Car c'est à toi qu'appartiennent le règne, la puissance et la gloire, pour les siècles des siècles !

4. Le rite de la paix

† Le prêtre

Que la paix du Seigneur soit toujours avec vous.

■ L'assemblée

Et avec votre esprit.

† Le diacre / prêtre

Donnez-vous la paix.

■ Se donner un signe de paix aux personnes à côté de soi (poignée de main, signe de tête) en disant : « La paix du Christ ».

5. L'Agnus Dei

Pendant que le prêtre rompt le pain eucharistique (fraction), l'assemblée chante ou dit :

■ L'assemblée

Agneau de Dieu, qui enlèves le péché du monde, prends pitié de nous. Agneau de Dieu, qui enlèves le péché du monde, prends pitié de nous. Agneau de Dieu, qui enlèves le péché du monde, donne-nous la paix.

6. La communion

Le prêtre élève le pain consacré (l'hostie) et dit :

† Le prêtre

Voici l'Agneau de Dieu, voici celui qui enlève le péché du monde. Heureux les invités au repas des noces de l'Agneau.

■ L'assemblée (par 3 fois)

Seigneur, je ne suis pas digne de te recevoir, mais dis seulement une parole et je serai guéri.

■ **S'agenouiller ou s'incliner. Puis se lever pour aller communier si l'on est baptisé.**

Pour recevoir la communion :

Approcher du ministre (prêtre, diacre ou ministre extraordinaire). La communion peut être reçue dans la main (les deux mains ouvertes en coupe) ou sur la langue. Le ministre dit :

† *Le ministre*

Le Corps du Christ.

■ **Le communiant**

Amen.

■ **Si vous n'êtes pas baptisé ou ne pouvez pas communier : vous pouvez vous avancer les bras croisés sur la poitrine pour recevoir une bénédiction.**

Après la communion, un temps de silence et de prière personnelle. Des chants de communion peuvent être chantés.

■ **S'asseoir ou s'agenouiller selon la coutume de l'église pour la prière d'action de grâce.**

† *Le prêtre (oraison après la communion)*

[Prière propre au jour]

■ **L'assemblée**

Amen.

PARTIE IV — LES RITES DE CONCLUSION

Les rites de conclusion sont brefs. Ils envoient l'assemblée en mission dans le monde.

■ Se lever pour la bénédiction.

1. Les annonces (si nécessaire)

Le prêtre ou le diacre peut faire de brèves annonces concernant la vie de la paroisse.

2. La bénédiction finale

† *Le prêtre*

Le Seigneur soit avec vous.

■ *L'assemblée*

Et avec votre esprit.

† *Le prêtre*

Que Dieu tout-puissant vous bénisse, le Père, le Fils, † et le Saint-Esprit.

■ *L'assemblée*

Amen.

■ *Faire le signe de croix.*

3. Le renvoi

Le diacre ou le prêtre renvoie l'assemblée. Plusieurs formules existent :

† *Le diacre / prêtre*

Allez, dans la paix du Christ. — ou — Allez porter l'Évangile du Seigneur. — ou — Allez en paix, glorifier le Seigneur par votre vie.

■ *L'assemblée*

Nous rendons grâce à Dieu.

4. La procession de sortie

Le prêtre et les servants se retirent en procession. Un chant de sortie est souvent entonné.

■ *Rester debout jusqu'à la fin de la procession. Chanter avec l'assemblée si vous connaissez le chant.*

RÉCAPITULATIF — Postures à adopter

Moment de la messe	Posture
Procession d'entrée	Debout
Acte pénitentiel	Debout

Kyrie / Gloria	Debout
Collecte	Debout
Lectures (1re et 2e)	Assis
Psaume responsorial	Assis
Évangile	Debout
Homélie	Assis
Credo	Debout
Prière universelle	Debout (ou assis selon paroisse)
Préparation des dons	Assis
Préface + Sanctus	Debout
Consécration	Agenouillé (ou incliné)
Acclamation + doxologie	Agenouillé
Notre Père	Debout
Agnus Dei / Communion	Agenouillé ou debout
Après la communion	Assis / agenouillé (prière)
Bénédictio finale + renvoi	Debout

Note pratique

La messe dure en général entre 45 minutes et 1 h 15. Ne vous inquiétez pas si vous ne faites pas tout parfaitement : l'essentiel est d'être présent et attentif. Les postures peuvent varier légèrement d'une paroisse à l'autre ; observez simplement ce que fait l'assemblée autour de vous. Avec ce guide, vous serez rapidement à l'aise.

† *Que cette messe vous comble de joie et de paix.* †

Guide non officiel — Rite romain ordinaire (missel de 2021) — à titre personnel