



Grande et sainte Semaine

Année 2026

Fraternité Orthodoxe Saint Michel

Grande & sainte Semaine
de la Passion de Notre Seigneur,
Dieu et Sauveur Jésus-Christ



Samedi 4 avril : Résurrection de Lazare

Samedi 4 avril 17h00 : Vigiles du Dimanche des Rameaux

Dans notre Tradition monastique, la bénédiction des Rameaux a lieu pendant l'Office des matines ; pour ceux et celles qui ne seront pas présents, des rameaux bénis seront mis à disposition dans une corbeille le lendemain.

Alimentation : Huile et vin possibles

Dimanche 5 avril : Dimanche des Rameaux ou des Palmes

Entrée de Notre Seigneur, Dieu et Sauveur Jésus-Christ dans Jérusalem

10h00 : Liturgie dominicale de Saint Jean Chrysostome

Alimentation : Huile et vin possibles. Poisson possible.

Entrée dans la Grande et sainte semaine :

17h00 : Vigiles du Saint et Grand Lundi (célébrée le dimanche soir)

Alimentation : À partir de l'heure des Vigiles, jeûne strict.

Nous concentrons tous nos efforts sur la prière et un jeûne sérieux durant cette semaine, en particulier le Vendredi Saint, pour honorer les souffrances de Notre Seigneur et Sauveur Jésus-Christ.

Lundi 6 avril : Grand et Saint lundi

*Commémoration du Bienheureux Patriarche Joseph et du figuier maudit
par le Seigneur*

9h00 : Présanctifiés du Saint et Grand lundi

17h00 : Vigiles de l'Annonciation (Grandes complies et Matines)

Alimentation : Xérophagie (dans les monastères) ou à défaut jeûne strict (aliments carêmiqes les plus simples et sobres possibles, sans huile ni vin.)

Mardi 7 avril : Grand et Saint mardi & Fête de l'Annonciation

Commémoration de la Parabole des dix Vierges sages et des dix vierges folles

18h00 : Vêpres et liturgie de St Jean Chrysostome pour l'Annonciation.

Alimentation : La xérophagie est suspendue en raison de la fête de l'Annonciation, mais le poisson est interdit car elle tombe pendant la semaine sainte. Huile et vin autorisés ce jour-là.

Mercredi 8 avril : Grand et Saint mercredi

*Commémoration de la femme qui versa le parfum sur les pieds du
Seigneur, peu de temps avant Sa Passion.*

18h00 : Présanctifiés du Saint et Grand Mercredi

Alimentation : Xérophagie (dans les monastères) ou à défaut jeûne strict (aliments carêmiqes les plus simples et sobres possibles, sans huile ni vin.)

Jeudi 9 avril : Grand et Saint jeudi

Commémoration du Lavement des pieds, de la Cène Mystique, de la prière à Gethsémani et de la trahison de l'impie Juda.

10h00 : Vêpres suivie de la Divine Liturgie de la Cène Mystique

Alimentation : vin et huile possibles en souvenir de la Cène Mystique

17h00 : Office des Évangiles des Saintes souffrances (entrée liturgique dans le Vendredi Saint). *Pendant la célébration de cet Office, les fidèles doivent avoir un cierge à la main (on peut en trouver à l'entrée de la chapelle, sur le meuble réservé à cet effet). A la fin de l'Office, le cierge pourra être emporté chez soi comme un cierge béni ou alors être laissé sur les brûloirs de cierges dans la chapelle pour qu'il finisse de se consumer ; ou être conservé pour les Offices suivants.*

*Alimentation : **Attention :** Entrée dans le jeûne sacré du Vendredi Saint dès le jeudi saint au soir inclus, jusqu'au vendredi soir 17h00. **Ce Jeûne est le plus sacré et important de l'année.** C'est ainsi un jour de jeûne très strict ou complet ; c'est-à-dire qu'on ne prend ni nourriture ni boisson (sauf eau/ tisane, si nécessaire pour s'hydrater).*

Nous entrons également dans un temps de grand silence et de recueillement dans nos conversations, avec le téléphone, la radio, internet...autant que nos obligations professionnelles nous le permettent.

Vendredi 10 avril : Grand et Saint vendredi

Les saintes souffrances. Commémoration de la Passion Sainte, Redoutable et Rédemptrice de Notre Seigneur, Dieu & Sauveur Jésus Christ, ainsi que de la Confession salutaire du Larron pénitent sur la Croix.

A l'issu de tous les Offices de ce jour de grand deuil, nous nous saluons et nous quittons les lieux sans parler. Nous conservons précieusement le silence et le recueillement.

9h00 à 11h00 : Heures Royales de la Passion

15h00 : Vêpres de la descente de la Croix et Petites Complies devant l'Épithios (Saint Suaire du Christ).

19h00 : Office funèbre des Lamentations autour du Tombeau du Christ

*Alimentation : **Le Jeûne du Grand et Saint vendredi est le plus sacré et important de l'année.** C'est ainsi un jour de jeûne très strict ou complet ; c'est-à-dire qu'on ne prend ni nourriture ni boisson (sauf eau/ tisane, si nécessaire pour s'hydrater). On peut rompre le jeûne vers 17h00. Alimentation sans huile ni vin.*

Samedi 11 avril : Grand et Saint samedi

Grand et Saint samedi : Descente dans l'Hadès de Notre Seigneur, Dieu et Sauveur Jésus-Christ : libération des âmes des Saintes et Justes d'Israël et Attente Pascale

8h00 : Vêpres & Liturgie de Saint Basile

Alimentation : Grand Carême (sans huile et sans vin)

21h30 : VIGILES PASCALES & LITURGIE NOCTURNE

*Pendant la célébration de cet Office, **les fidèles doivent avoir un cierge à la main** (on peut en trouver à l'entrée de la chapelle, sur le meuble réservé à cet effet). A la fin de l'Office, le cierge pourra être emporté chez soi comme un cierge béni ou alors laissé sur les brûloirs de cierges dans la chapelle pour qu'il finisse de se consumer.*

DIMANCHE 12 AVRIL : PÂQUE, FÊTE DES FÊTES

Lumineuse Résurrection de Notre Seigneur, Dieu et Sauveur Jésus-Christ

Alimentation : Fin de la période des jeûnes de la Fête de Pâque jusqu'au dimanche de Thomas inclus.

PAS DE DIVINE LITURGIE CE DIMANCHE MATIN

(car célébrée durant la nuit pascale)

17h00 : Vêpres de la Résurrection

NOTES

Nous rappelons également qu'il est *impératif* de préparer *une bonne confession* avant Pâque. *Cette confession est la plus importante de toute l'année.* L'on peut se confesser au prêtre orthodoxe de son choix (paroisse, monastère...)

CONDITIONS OÙ LE JEÛNE N'EST PAS INDIQUÉ OU SPIRITUELLEMENT STÉRILE

- En cas de **grossesse ou d'allaitement**
- **Maladie**, contre-indication médicale, voyage *éprouvant* de plusieurs heures.
- **Âge de la personne** (Enfant ou personne âgée)
- **Sans prière** (nous ne faisons pas en effet un régime ou des exploits alimentaires pour satisfaire notre égo !)
- **Selon sa volonté propre**, sans le conseil / bénédiction du père spirituel