

## 10 CONSEILS PRATIQUES POUR L'ADORATION DU ST SACREMENT.

*« Le Père cherche des adorateurs en esprit et vérité »*

1. Tu es entré dans ce lieu de prière où tu rencontres Jésus dans la Présence eucharistique. Entre maintenant dans ton cœur dans la partie la plus intime de ton être...
2. C'est le silence autour de toi. Fais silence en toi. Fais taire toutes les voix qui sont en toi, ne cours pas après les pensées inutiles. Tes problèmes, tes préoccupations, tes angoisses, ne le garde pas pour toi mais offre les à Jésus. Pendant ce temps d'adoration, occupe toi bien de Lui, Lui prendra soin de toi, bien mieux que tu ne pourrais le faire toi-même. Demande une grâce d'abandon. De confiance.
3. Pose un regard sur Jésus Eucharistie. Commence à faire parler ton cœur, commence à aimer Celui qui nous a aimé le premier.
4. Évite de prononcer des prières seulement avec les lèvres sans t'arrêter sur les paroles que tu dis. Évite de lire la Bible les pages les unes après les autres durant tout le temps de la prière. Entre dans la prière du cœur. Choisis un verset de psaume, une phrase évangélique, une petite prière simple et répète-la avec le cœur, doucement, continuellement jusqu'à ce qu'elle devienne ta prière, ton cri, ta supplication. Choisis-la selon ce que tu vis actuellement. « Cœur de Jésus, j'ai confiance en toi », « Mon Père, je m'abandonne à toi », « Jésus, fils du Dieu vivant, prends pitié de moi pécheur », « Jésus je t'aime », « Mon Amour », « Jésus Amour », « Jésus doux et humble de cœur »...
5. Ne passe pas tout ce temps à te lamenter, ou à demander. Entre dans l'Action de Grâce, dans la reconnaissance. Au lieu de considérer ce qui te manque, rends grâce pour qui tu es, ce que tu as, rends grâce pour ce qui te sera donné demain.
6. Tu peux être pris par la fatigue ou les distractions. Courage! A peine t'en rends-tu compte, recommence doucement la prière du cœur, demande l'aide de l'Esprit Saint pour qu'il soit ta force dans la faiblesse et qu'il devienne toujours plus ton maître intérieur.
7. Jésus est au centre de l'Église. Il veut être le centre de ton existence. En le regardant, apprends peu à peu à passer du « Je » au « Tu », de la volonté de réaliser tes projets au désir et à l'accueil de sa volonté sur toi.
8. Jésus est exposé solennellement. Accueille la lumière qui émane de sa Présence. Comme le soleil réchauffe et fait fondre la neige, de même, si tu t'exposes à Lui, il pourra continuer à illuminer les ténèbres qui enveloppent ton cœur, jusqu'à les dissiper complètement.
9. Jésus se cache sous l'apparence simple et pauvre du pain. Il vient à toi, pauvre, pour que tu puisses apprendre à accueillir dans la vérité et l'humilité tes pauvretés et celles de tes frères.
10. Tu es dans le silence, reste dans le silence. Marie, l'Étoile du Matin et Porte du Ciel est auprès de toi sur ton chemin; elle t'indique le chemin et t'introduit dans la chambre du Roi. C'est elle qui te fera comprendre, dans le silence qu'en regardant Jésus, tu découvriras la présence de la Sainte Trinité en toi. Tu pourras expérimenter dans ta vie la parole du Psaume 34 : « Qui regarde vers Lui resplendira, sans ombre ni trouble au visage. »

*Et maintenant, si tu désires  
aller plus loin...*

**ADORE JÉSUS DANS LE SAINT SACREMENT ...  
À L'ÉCOLE DU PÈRE RAYMOND,**

*« L'Eucharistie est la grande école où nous apprenons à  
voir le visage de Dieu, où nous entrons dans une  
relation intime avec lui »,  
Benoit XVI*



Adorer, c'est bronzer au Soleil  
de Dieu ...

*Quand Jésus t'appelle à venir l'adorer, c'est Lui qui met dans ton cœur son Amour immense.*

*Viens l'adorer !*



*Jésus te manifeste sa présence, sa tendresse infinie par la Croix que tu vénères. Il nous donne toute sa Vie, son Corps, son Sang et sa Maman, la Vierge Marie.*



*Adorer, c'est contempler dans la foi cette merveille que le Père réalise par Lui et en Lui en toi et en nous tous. « Jésus me dit : « Je suis présent pour toi et tous les hommes dans l'hostie consacrée à la Messe. »*



*Esprit Saint, je me rappelle le travail merveilleux que tu fais en donnant Jésus en Marie. Tu fais corps avec nous en déposant Jésus en Marie.*



*Maintenant, je viens t'adorer Jésus pour te manger d'Amour et ne faire qu'un avec toi.*



Seigneur, je vois ce miracle permanent que tu réalises depuis que tu es ressuscité. Ce que tu fais, c'est surnaturel !



Je t'aime encore plus et je voudrais te manger d'Amour et t'aimer toujours plus avec Maman Marie et tous les hommes en t'adorant, tellement tu nous Aimes.



Maman Marie, tu es aussi avec moi pour m'aider à adorer. Jésus tu nous donnes ton Amour immense, il vient de l'Esprit Saint.



Esprit Saint, c'est Toi qui me donnes cette foi audacieuse pour adorer Jésus. Pose-moi dans ton baiser d'Amour.

Ce que Tu as fait en Maman Marie à l'Annonciation et pendant trente ans à Nazareth c'est Elle qui continue de le faire au ciel : Adorer Jésus dans nos cœurs par l'Eglise.



C'est dans le baiser d'amour de la communion eucharistique que tu adores le Père, le Fils et l'Esprit Saint.



Maintenant, reste silencieux, car tu es comblé de cette tendresse de Dieu.



Maintenant, c'est dans ton adoration que tu peux continuer d'aimer tous ceux que tu rencontres, avec qui tu travailles et pour qui tu pries.



Tu vois que l'adoration, c'est toute ta vie. Viens souvent adorer Jésus et essaye maintenant de faire un groupe d'adorateurs pour partager à tous tes amis cet amour qui t'éblouit et te fait dire : « Mon Dieu, je T'aime ».



Mais le plus beau témoignage d'adoration est l'amour que tu auras pour ceux que Dieu te confie. Ce que Jésus nous commande : « Aimez-vous bien les uns les autres comme je vous ai aimés ».



Dis encore à Jésus : « Je t'aime ! Je t'aime ! Je t'aime ! » et fais silence, continue de lui dire : « Je t'aime de tout mon cœur »...



Pense à tout ce que l'Esprit Saint te fait découvrir : la merveille que le Père fait pour nous. Redis encore à Jésus : « Je t'aime ! Je t'aime ! Je t'aime. Je te remercie de tout l'Amour que tu nous donnes »



Puis prie en silence. Contemple cette merveille de Jésus vivant dans l'Eucharistie avec le regard de Maman Marie. Ne cherche pas à avoir des belles idées, à parler beaucoup...



Ecoute dans ton cœur la rencontre de Jésus avec les pauvres, les malades, les milliards d'hommes de la terre.



La première Adoration c'est du Père pour Jésus à son baptême dans les eaux du Jourdain « Tu es mon Fils Bien-aimé, en Toi je me suis complu ». Le Père lui dira aussi à la Transfiguration « Tu es mon Fils Bien-aimé, écoutez-le ». Sur la Croix Jésus s'en remet totalement au Père « Père, entre tes mains je remet mon Esprit. »



Après la Résurrection Il révèle à Marie Madeleine : « Je monte vers mon Père et votre Père, vers mon Dieu et votre Dieu. Va l'annoncer à mes disciples. »

C'est dans ce cœur à cœur de Jésus avec le Père que l'Esprit Saint nous plonge dans le cœur de Marie pour adorer la Sainte Trinité en Eglise.

*Magnificat !*