

Comment adorer le Saint-Sacrement ?

Quelques pistes pour mieux profiter de nos temps d'adoration eucharistique.

L'adoration eucharistique est une prière, un dialogue intime avec Jésus réellement présent sous les apparences du pain consacré (le Saint-Sacrement). C'est un face à face avec le Christ. « *Je l'avise et il m'avise* » répondit simplement un paroissien du saint Curé d'Ars qui l'interrogeait sur ses nombreux et longs temps d'adoration.

Il n'y a pas de technique miracle pour bien adorer. Quelques pistes peuvent néanmoins nous aider à mieux vivre nos temps d'adoration eucharistique :

« *Ceci est mon Corps* » : Jésus tout puissant a voulu se faire tout petit dans l'hostie pour nous. Prenons conscience de Sa Présence et émerveillons nous en. Remercions-le pour son immense don et sa grande humilité. Renouvelons notre foi dans l'Eucharistie.

On peut méditer le récit de l'institution de l'Eucharistie ou contempler le Christ dans sa Passion.

« *!Il est bon de s'entretenir avec Lui et, penchés sur sa poitrine comme disciple bien-aimé, d'être touchés par l'amour infini de son cœur. [...] Comment ne pas ressentir le besoin renouvelé de demeurer longuement, en conversation spirituelles, en adoration silencieuse, en attitude d'amour, devant le Christ présent dans le Saint-Sacrement ? Bien des fois, chers Frères et Sœurs, j'ai fait cette expérience et j'en ai reçu force, consolation et soutien ! !* »

Jean-Paul II – Ecclesia de Eucharistia, n 25

L'exposition du Saint-Sacrement va dans les deux sens : le Christ s'expose à notre regard et à notre prière d'une part mais il s'invite aussi à m'exposer moi-même à son regard. Il me regarde : je peux lui exposer mes pauvretés intérieures, mes infirmités spirituelles et physiques, mes soucis...

Profitons de la Présence du Christ pour lui demander d'intercéder pour nous. A la manière de Marie, faisons lui connaître les besoins de nos frères et mettons-les face à son Amour pour eux. Prions pour nos proches, les personnes en difficultés, les blessés de la vie, le monde...

Marie peut aussi nous aider à entrer plus encore dans le mystère de l'Eucharistie.

La méditation des mystères du rosaire pourra être *une voie particulièrement particulièrement adapté à la contemplation* de Jésus présent dans l'hostie.

« L'Église et le monde ont un grand besoin du culte eucharistique. Jésus nous attend dans ce sacrement de l'amour.

Ne refusons pas le temps pour aller Le rencontrer dans l'adoration, dans la contemplation pleine de foi et ouverte à réparer les fautes graves et les délits du monde.

Que ne cesse jamais notre adoration. »

Jean-Paul II, « Dominicae cenae »