



# INSPIRATION !

## Comprendre l'importance du Saint Sacrement...

**« Nous sommes le Corps du Christ. L'adoration de la présence eucharistique du Christ en lui-même nous conduit à ce que Jésus est pour chacun : le sauveur du monde. Avec lui, nous refusons de désespérer, mais voulons entraîner ce monde dans l'espérance. »** *Monseigneur Le Stang*

La célébration de l'Eucharistie et l'adoration ne s'excluent pas mais se complètent mutuellement. Il s'agit d'une expérience personnelle et ecclésiale...

### Adoration « mode d'emploi » :

- **Se mettre à genoux, s'incliner profondément ou s'asseoir** et faire le signe de la Croix
- **Commencer par un acte de Foi** « Seigneur, je crois que tu es présent sous le signe du pain dans l'hostie. Je t'adore et je te rends grâce ».
- **Descendre dans son cœur** : demander à l'Esprit Saint de s'ouvrir au Père, tout simplement.
- **Prier avec ses distractions** : offrir à Jésus nos préoccupations et nos angoisses, se tenir près de lui, il se tient près de nous.
- **Ecouter en le regardant** : poser son regard sur l'hostie, la croix ou le tabernacle et écouter ce qu'il a à nous dire.
- **Répéter une courte prière** : le verset d'un psaume, un extrait de l'Évangile du jour et laisser la présence de Dieu nous envahir.
- **S'exposer au soleil de l'adoration** : Accueillir sa lumière qui émane de sa divinité et reconnaître que nous sommes dignes d'être aimés.
- **Lui dire que nous l'aimons** : ce temps tellement précieux, acceptons de le brûler pour Dieu dans l'adoration.
- **Remercier le Seigneur** : admirer ce qu'il fait pour nous en répandant dans notre cœur ses flots de tendresse.
- **Étancher la soif de Jésus** : en le reconnaissant présent dans les autres, surtout les plus petits. Lui rendre alors amour pour amour.
- **Se laisser transformer avec Marie** : première à avoir accueillie Jésus en elle, elle n'est donc jamais loin pour nous conduire vers Jésus.
- **Devenir eucharistie** : l'âme qui s'expose au soleil de l'Eucharistie capte une vie divine qui la nourrit. *(sources : La Croix et Aleteia)*