

# 5. Adoration du Saint Sacrement.

L'adoration du Saint Sacrement consiste à exposer une hostie qui a été consacrée à la messe dans un ostensor.

La foi de l'Église nous dit que c'est vraiment Jésus qui est là, selon les paroles à la cène : « ceci est mon corps ».

Pour expliquer ce mystère, Mère Thérèse prenait une tranche de pain, et faisait deux trous. Puis elle regardait l'assemblée par les trous, en disant : « Jésus te regarde ». La prière de l'adoration du Saint Sacrement, c'est se mettre sous le regard du Christ, qui est là, dans l'hostie. C'est un échange d'amour, mais qui demande notre foi car le Christ se cache derrière l'apparence du pain.

Les enfants de Fatima ne disaient-ils pas que « Dieu joue à cache-cache avec nous » ?



## 5 étapes pour prier devant le Saint Sacrement :

### 1. Se préparer à la rencontre.

La prière devant le Très Saint Sacrement est une rencontre avec le Seigneur. Il faut donc attendre ces instants d'adoration comme le grand moment de notre semaine ou de notre journée et y aller comme à un rendez-vous d'amour ; commencer l'adoration par un geste qui exprime notre respect et notre désir de rencontrer le Seigneur en vérité. Nous pouvons par exemple nous agenouiller un moment devant le tabernacle et, après avoir tracé sur nous un signe de la croix, murmurer lentement une invocation : « Mon Seigneur et mon Dieu ! », « Seigneur, je ne suis pas digne de me tenir en ta présence, mais j'en suis tout heureux », « Tu m'attendais Seigneur ! Me voici ! », « C'est pour Toi, Seigneur, que je viens » ; adopter une attitude corporelle que nous serons capables de conserver un bon moment et qui favorisera notre recueillement.

Cette entrée en prière est essentielle, car Jésus se plaint à Sainte Faustine que souvent les fidèles entrent dans une église sans même faire attention à lui, le reçoivent à la messe comme si il était une chose morte. Le Christ veut nous donner des grâces, mais il ne le peut pas, car notre cœur est fermé.

### 2. Reconnaître nos Faiblesses.

Pour se mettre sous le regard de Jésus, il faut commencer par se mettre en vérité devant lui, et donc commencer par reconnaître nos faiblesses.

Sainte Gertrude d'Hefta raconte ce que Jésus lui a enseigné, sur la puissance de son regard qui comme un soleil, produit divers effets dans le cœur de celui qui se laisse regarder :  
- « d'abord, il vient nous purifier de nos fautes lorsque, sous son regard, nous reconnaissons nos propres faiblesses. »

### **3. Tourner notre regard vers le Saint Sacrement.**

Si Jésus est là et qu'il nous regarde, il s'agit aussi de lever les yeux à notre tour vers lui. Sainte Gertrude d'Hefta poursuit sur ce que Jésus lui enseigne:  
« Ce regard de Dieu attendrit l'âme en la disposant ainsi à recevoir tous les dons spirituels que Dieu veut y déposer. Un peu comme la cire fondue peut recevoir l'emprunte d'un sceau. Il faut, pour cela, tourner nous aussi notre regard vers Dieu ».

### **4. Confiance.**

Enfin, pour le troisième effet de l'action de Dieu en nos âmes, sainte Gertrude continue :

« ce regard fait fleurir dans l'âme toutes sortes de fleurs merveilleuses et toutes sortes de fruits. Pour ce faire, Dieu nous demande d'être constant dans la foi et de lui accorder une pleine confiance, certain que tout, absolument tout concourt au bien de celui qui l'aime. »

Si nous gardons l'assurance que tout ce qui nous arrive dans notre vie concourt à notre bien, alors nous pouvons arriver dans notre prière à cet état d'adoration et de confiance, comme un enfant dans les bras de ses parents, qui ne peut douter d'être en sécurité.

Les saints ont vécu cette confiance et cet abandon, se servant de tout pour rebondir dans l'amour de Dieu, même des faiblesses et des fautes. Car Dieu a encore plus de grâces à donner pour consoler celui qui tombe, et Dieu a tout donné à celui qui humblement reconnaît sa faiblesse pour qu'il ne tombe pas. Que l'on tombe ou que l'on ne tombe pas, il s'agit d'entrer dans un tourbillon d'amour et de confiance.

Pour se mettre sous le regard de Dieu, il s'agit donc de reconnaître nos faiblesses, de lever les yeux vers Jésus dans le Saint Sacrement, et d'être constant dans notre confiance.

### **5. La louange, l'action de grace.**

Il ne faut pas quitter l'état d'adoration et de confiance tant que l'on est en Dieu. Cependant, à la fin de la prière, on peut prendre un temps de Louange, pour remercier et adorer le Seigneur pour ce qu'il fait pour nous, pour les grâces qu'il vient semer discrètement en nous. Le temps d'adoration se termine quand le prêtre va déposer le Saint Sacrement dans le tabernacle, il peut traditionnellement chanter le « tantum ergo » et donner la bénédiction du Saint sacrement . En voici les prières :

### **TANTUM ERGO :**

Tantum ergo, Sacramentum Veneremur cernui: Et antiquum documentum, Novo cedat ritui: Praestet fides supplementum, Sensuum defectui.	Genitori, Genitoque, Laus et jubilatio: Salus, honor, virtus quoque, Sit et benedictio: Procedenti abutroque, Comparsit laudatio.
--	--

### **DIEU SOIT BÉNI :**

DIEU SOIT BÉNI  
BÉNI SOIT SON SAINT NOM  
BÉNI SOIT JÉSUS CHRIST VRAI DIEU ET VRAI HOMME  
BÉNI SOIT LE NOM DE JÉSUS  
BÉNI SOIT SON SACRE-CŒUR  
BÉNI SOIT SON PRÉCIEUX SANG  
BÉNI SOIT JÉSUS DANS LE SAINT SACREMENT DE L'AUTEL  
BÉNIE SOIT L'AUGUSTE MÈRE DE DIEU, LA TRÈS SAINTE VIERGE MARIE  
BÉNIE SOIT SON IMMACULÉE CONCEPTION  
BÉNIE SOIT SA GLORIEUSE ASSOMPTION  
BÉNI SOIT LE NOM DE MARIE VIERGE ET MÈRE  
BÉNI SOIT SAINT JOSEPH, SON TRÈS CHASTE ÉPOUX  
BÉNI SOIT DIEU DANS SES ANGES ET DANS SES SAINTS.