

# Quelques pistes pour la nuit d'adoration

*tirées du site web cyber-curé :*

## **Sens de l'adoration du Saint sacrement**

L'adoration du Saint sacrement consiste dans la contemplation du Christ présent dans l'eucharistie. C'est un dialogue intime avec Jésus.

Prier devant le Saint sacrement exposé sur l'autel, c'est porter un regard de foi sur Jésus Christ réellement présent.

C'est demeurer longuement en une conversation spirituelle, une adoration silencieuse et une attitude d'amour.

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.

Jean-Paul II témoigne de l'adoration :

" Il est bon de s'entretenir avec Lui et, penchés sur sa poitrine comme le disciple bien-aimé (Jn 13,25), d'être touchés par l'amour infini de son coeur. Bien des fois, [...] j'ai fait cette expérience et j'en ai reçu force, consolation et soutien ! "

## **Comment faire l'adoration ?**

"Lorsque nous sommes devant le Saint-Sacrement, au lieu de regarder autour de nous, fermons nos yeux et notre bouche, ouvrons notre coeur, le Bon Dieu ouvrira le sien ; nous irons à lui, il viendra à nous, l'un pour demander et l'autre pour recevoir. Ce sera comme un souffle de l'un à l'autre". (Curé d'Ars).

Fais silence en toi.

Fais taire toutes les voix qui sont en toi, ne cours plus après les pensées inutiles.

Tes "problèmes, tes préoccupations, tes angoisses, ne les garde pas pour toi, mais offre-les à Jésus.

Sachons entrer dans le silence intérieur en parlant coeur à coeur avec Jésus comme avec un ami".

- Pour faire l'adoration du Saint sacrement, tu peux aussi choisir un verset de psaume, une phrase évangélique, une petite prière simple. Répète-là avec le coeur, doucement et continuellement jusqu'à ce qu'elle devienne ta prière, ta supplication.

## **Quelques chants d'adoration avec les paroles :**

**Mon père je m'abandonne à toi** <https://www.youtube.com/watch?v=ykMTTXgCwbw>

**Ton amour ta puissance** <https://www.youtube.com/watch?v=84002CE-cwk>  
ou [https://www.youtube.com/watch?v=\\_PNBELnH-FU](https://www.youtube.com/watch?v=_PNBELnH-FU)

**Viens St Esprit** [https://www.youtube.com/watch?v=UrPxaMasp\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=UrPxaMasp_o)

**Oh prends mon âme** [https://www.youtube.com/watch?v=UlmA\\_297mkU](https://www.youtube.com/watch?v=UlmA_297mkU)

**Taizé : Jésus le christ :** <https://www.youtube.com/watch?v=85BBC1OHR5M>

**Avec les familles et enfants :**

**Jésus me voici devant toi** [https://www.youtube.com/watch?v=dnh9tk9\\_pUc](https://www.youtube.com/watch?v=dnh9tk9_pUc)

**Psaume de la création :** <https://www.youtube.com/watch?v=Q4vjJd-LaNo>

## **Quelques textes bibliques** ... tirés du site : Aleieia ...

### **À chaque jour suffit sa peine :**

Une parole de Jésus, pour retrouver sa capacité à recevoir, à voir, à contempler, c'est-à-dire tout ce qui nous rend humain, dans un monde, où l'on veut tout maîtriser. Et calmer le tournis dans lequel on est entraîné...

**« Ne vous faites pas de souci pour demain :  
demain aura souci de lui-même ; à chaque jour suffit sa  
peine » (Mt, 6, 34)**

**Les mauvais jours vont et viennent :** Dans sa lettre aux Philippiens, Paul rappelle à chacun que le but de la vie chrétienne est de devenir semblable à Jésus-Christ... C'est le secret de la vie intérieure offert par l'apôtre alors qu'il se trouve en prison et qu'il n'y a pas plus difficile pour ne « s'inquiéter de rien ».

**« Ne soyez inquiets de rien, mais, en toute circonstance,  
priez et suppliez, tout en rendant grâce,  
pour faire connaître à Dieu vos demandes » (Phil 4, 6)**

Pour avoir confiance en Jésus-Christ en ne lui substituant pas nos idées aux siennes... Les Proverbes sont un recueil de dictons sur la bonne et la mauvaise manière de vivre.

**« De tout ton cœur, fais confiance au Seigneur,  
ne t'appuie pas sur ton intelligence » (Liv Proverbes 3, 5)**

### **Dieu nous aime et prend soin de nous :**

Dieu est notre père à tous. Il prend notre défense et nous console. Il en fait la promesse, sans assurer pour autant que tout se passera comme on le souhaiterait. Pour accepter tous les événements à la lumière de la providence divine, voici trois versets tirés de l'Ancien et du Nouveau Testament :

**« Ne crains pas : je suis avec toi ; ne sois pas troublé :  
je suis ton Dieu. Je t'affermis ; oui, je t'aide,  
je te soutiens de ma main victorieuse »  
(Is 41, 10)**

**« Moi, je connais les pensées que je forme à votre sujet  
– oracle du Seigneur –, pensées de paix et non de malheur,  
pour vous donner un avenir et une espérance »  
(Jér 29, 11)**

**« La paix de Dieu, qui dépasse tout ce qu'on peut concevoir,  
gardera vos cœurs et vos pensées dans le Christ Jésus »  
(Phil 4, 7)**

## **Pensées de paix et sérénité :**

Pour persévérer dans le bien et dans l'attitude juste, malgré les injustices du monde et l'impression que les méchants l'emportent toujours, lisez le célèbre passage du Psaume 36 :

***« Mets ta joie dans le Seigneur :  
il comblera les désirs de ton cœur.  
Dirige ton chemin vers le Seigneur,  
fais-lui confiance, et lui, il agira » (Ps 36, 4-5)***

Pour maîtriser ses pensées et discerner si elles sont compatibles avec l'Évangile. Dans son exhortation aux Romains, l'apôtre Paul rappelle l'invitation de Jésus à être dans le monde, mais ne pas être du monde.

***« Ne prenez pas pour modèle le monde présent,  
mais transformez-vous en renouvelant votre façon de penser  
pour discerner quelle est la volonté de Dieu : ce qui est bon, ce  
qui est capable de lui plaire, ce qui est parfait » (Rom 12, 2)***

## **Et deux promesses à Dieu :**

De se lever le matin avec optimisme en se disant que Dieu agira au moment où nous nous y attendons le moins.

***« Je me réfugie derrière tes paroles bénies et salvatrices :  
« Comme la tendresse du père pour ses fils,  
la tendresse du Seigneur pour qui le craint ! »  
(Ps 102, 13)***

***« Je me tourne vers toi, Seigneur,  
au matin, tu écoutes ma voix ;  
au matin, je me prépare pour toi et je reste en éveil »  
(Ps 5, 4)***