

« Eucharistie signifie : action de grâce. En Jésus, dans son sacrifice, dans son "oui" inconditionnel à la volonté du Père, il y a le oui, le merci et l'amen de l'humanité entière<sup>1</sup>»

## PLAN DE L'ENSEIGNEMENT

1. Qu'est-ce que la louange ?
2. Pourquoi louer ?
3. Remercier Dieu
4. Louer en tant que créature
5. Eucharistie et action de grâce
6. Louer Dieu avec toute la création
7. Comment louer ?
8. Louer Dieu même dans les épreuves
9. De la louange à la joie

## CONSEILS PRATIQUES

### pour l'adoration

#### *Se mettre en présence de Dieu avec notre corps :*

- ✓ S'agenouiller ou s'asseoir et se recueillir.
- ✓ Faire un signe de croix lentement et consciemment.
- ✓ Regarder le Saint-Sacrement.

✓ Nous rappeler du commandement : « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de toutes tes forces » (Dt 6, 49), et nous efforcer de tout notre cœur, de toute notre âme et de toutes nos forces de nous mettre en présence de Jésus vivant dans l'Eucharistie et de demeurer dans cette présence.

#### *Redire des petites phrases :*

- ✓ « Jésus, Fils du Dieu vivant, je crois que tu es présent dans l'Eucharistie. »
- ✓ « Jésus, je te rends grâce, je t'aime et je t'adore. »
- ✓ « Jésus, je te loue au nom de tous les hommes et de toute la création. »

#### *Prier le Credo en nous adressant à Dieu :*

- ✓ « Dieu, je crois que tu es mon Père et je t'en remercie. »
- ✓ « Jésus, je crois que tu es le vrai Dieu. »
- ✓ « Pour nous les hommes, et donc aussi pour moi, tu t'es fait homme pour nous sauver tous. »
- ✓ « Tu as été crucifié sous Ponce Pilate. Merci, Seigneur, d'avoir pris toute cette souffrance sur toi par amour pour moi et pour tous les hommes. »
- ✓ « Je crois que tu es ressuscité au troisième jour et que moi aussi, un jour, je ressusciterai avec toi pour la vie éternelle. »

## NOTES PERSONNELLES

<sup>1</sup> Jean-Paul II, *Mane nobiscum Domine*, 26.

✓ « En ce même instant, Seigneur Jésus, où je te contemple dans l'hostie, tu es assis à la droite du Père. Je t'adore avec tous les anges et tous les saints. »

✓ « Je crois en toi, Esprit Saint. »

✓ « Je t'adore comme j'adore le Père et le Fils. »

✓ « Je te remercie, toi qui me donnes la vie en cet instant. »

✓ « Seigneur, je te remercie pour ton Église. C'est grâce à elle que j'ai entendu parler de toi, c'est par elle que je peux te contempler et te recevoir dans le sacrement de l'Eucharistie. »

✓ « Je crois en la vie éternelle en ta présence et je m'en réjouis d'avance ! »

*Remercier le Seigneur avec mes propres mots :*

✓ Pour des choses qu'il a faites dans ma vie ;

✓ Pour son amour ;

✓ Pour le don de l'Eucharistie, etc.

## CITATIONS

« Les neuf autres, où sont-ils ? Il ne s'est donc trouvé personne pour revenir rendre gloire à Dieu ? » (Lc 17, 1).

« Tu aimes tout ce qui existe, et tu n'as de dégoût pour rien de ce que tu as fait ; car si tu avais haï quelque chose, tu ne l'aurais pas formé. Et comment une chose aurait-elle subsisté, si tu ne l'avais voulue ? Ou comment ce que tu l'aurais pas appelé aurait-il été conservé ? Mais tu épargnes tout, parce que tout est à toi, Maître ami de la vie. Car ton esprit incorruptible est en toutes choses » (Sg 11, 24 - 12, 1).

« Vraiment, il est bon de te rendre grâce, il est juste et bon de te glorifier, Père très saint, car tu es le seul Dieu, le Dieu vivant et vrai... Toi le Dieu de bonté, la source de la vie, tu as fait le monde pour que toute créature soit comblée de tes bénédictions... Unis à l'hymne d'allégresse des anges, avec la création tout entière qui t'acclame par nos voix, Dieu, nous te chantons... »

« Comme l'homme avait perdu ton amitié en se détournant de toi, tu ne l'as pas abandonné au pouvoir de la mort. Dans ta miséricorde tu es venu en aide à tous les hommes pour qu'ils te cherchent et puissent te trouver... »

« Tu as tellement aimé le monde, Père très saint, que tu nous as envoyé ton propre Fils... pour qu'il soit notre Sauveur... Il a vécu notre condition d'homme en toute chose, excepté le péché, annonçant aux pauvres la bonne nouvelle du salut ; aux captifs, la délivrance ; aux affligés, la joie<sup>2</sup>... »

« L'Eucharistie est un lien entre le ciel et la terre<sup>3</sup>. »

« Le cadeau du salut et de la vie éternelle est absolument gratuit. Vous ne pouvez rien faire pour le gagner ou le mériter, mais vous devez le recevoir pour qu'il vous appartienne vraiment. Dans son amour, Dieu prévoit et arrange les circonstances pour nous amener à reconnaître combien nous avons besoin de lui, et pour nous attirer à lui.<sup>4</sup> »

« Restez toujours joyeux. Priez sans cesse. En toute condition soyez dans l'action de grâces. C'est la volonté de Dieu sur vous dans le Christ Jésus » (1 Th 5, 16-18).

<sup>2</sup> Prière eucharistique IV.

<sup>3</sup> Jean-Paul II, *Ecclesia de Eucharistia*, 8.

<sup>4</sup> Puissance de la louange, Merlin Carothers

« Réjouissez-vous sans cesse dans le Seigneur... N'entretenez aucun souci ; mais en tout besoin recourez à l'oraison et à la prière, pénétrées d'action de grâces, pour présenter vos requêtes à Dieu » (Ph 4, 4-7).