

« Je comprends et je sais par expérience que "le Royaume de Dieu est au-dedans de nous". Jamais je n'ai entendu parler Jésus, mais je sais qu'Il est en moi, à chaque instant, Il me guide et m'inspire ce que je dois dire ou faire<sup>1</sup>. »

## PLAN DE L'ENSEIGNEMENT

1. L'appel à la sainteté.
2. Vivre en présence de Dieu.
3. Dieu demeure en nous.
4. La pratique de la vie en présence de Dieu en tout temps.
5. Éviter le péché.
6. Prier en travaillant.
7. Dieu présent nous guide et nous éclaire.
8. Dieu est présent dans nos épreuves.
9. Tout faire avec Dieu.
10. Le lien entre la présence de Dieu, la communion eucharistique et l'adoration.

## CONSEILS PRATIQUES

*pour l'adoration*

*Se mettre en présence de Dieu :*

- ✓ S'agenouiller ou s'asseoir et se recueillir.
- ✓ Faire un signe de croix lentement.
- ✓ Prononcer lentement le nom du Père, du Fils et du Saint Esprit en prenant conscience de leur présence.

*Redire des petites phrases :*

- ✓ « Jésus, je crois que tu es vraiment présent dans l'Eucharistie et dans mon cœur. »
- ✓ « Jésus, je t'adore présent sur l'autel et je t'adore présent en moi. »
- ✓ « Je crois que le Père, le Fils et le Saint Esprit sont en moi. »

## CITATIONS

« Demander à un catéchumène :  
"Veux-tu recevoir le baptême ?" signifie lui  
demander en même temps :  
"Veux-tu devenir saint<sup>2</sup> ?" »

« La volonté de Dieu, c'est que vous viviez dans la sainteté » (1 Th 4, 3).

« Je garde le Seigneur devant moi sans relâche,  
s'il est à mon côté, je suis inébranlable.  
Tu m'enseignes la route de la vie ;  
en ta présence la joie est sans mesure,  
à ta droite le bonheur ne finit pas. »  
(Ps 16, 8-11.)

## NOTES PERSONNELLES

<sup>1</sup>. Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus, *Manuscrit A*, 83 v°.

<sup>2</sup>. Jean-Paul II, *Novo millennio ineunte*, 31.

« Je suis en mon Père et vous en moi et moi en vous » (Jn 14, 20).

### **Jésus est dans le Saint-Sacrement et dans notre âme.**

« Là où est Dieu, c'est le ciel. Considérez donc ce que dit saint Augustin qui le cherchait partout et le trouva au-dedans de lui-même... Il m'est avis que si j'avais compris, comme je le fais aujourd'hui, qu'en ce tout petit palais qu'est mon âme habite un si grand roi, je ne l'aurais pas laissé seul si souvent<sup>3</sup>. »

### **Nous pouvons parler à Jésus comme avec un ami.**

« Nous pouvons faire de notre cœur un oratoire dans lequel nous nous retirons de temps en temps pour nous y entretenir avec lui, doucement, humblement et amoureusement. Tout le monde est capable de ces entretiens familiers avec Dieu. Commençons ; Dieu ne nous demande pas grand-chose : une petite pensée de temps en temps, une petite adoration<sup>4</sup>... »

### **Vivre en présence de Dieu nous aide à éviter le péché.**

« Il faut faire de notre cœur un temple spirituel pour Dieu où nous l'adorons sans cesse. Et il faut s'appliquer soigneusement à ne rien faire ni rien dire et à ne rien penser qui puisse lui déplaire<sup>5</sup>. »

« Je ressens fortement la gravité de mes péchés. Mais ceux-ci ne me découragent pas. Je les avoue à Dieu et ne cherche pas à les excuser. Après cela, je retourne en paix dans mon exercice ordinaire d'amour et d'adoration<sup>6</sup>. »

### **Prière dans la souffrance**

« Prenez courage, offrez sans cesse vos peines à Dieu, demandez-lui des forces pour les souffrir, surtout accoutumez-vous à vous entretenir souvent avec lui et oubliez-le le moins que vous pourrez. Adorez-le dans vos infirmités, offrez-vous à lui de temps en temps, et dans le plus fort de vos douleurs, demandez-lui humblement et amoureusement, comme un enfant à son bon père, la conformité à sa sainte volonté et le secours de sa grâce<sup>7</sup>. »

<sup>3</sup> Sainte Thérèse d'Avila, *Le chemin de la perfection*, chap. 28, 2.

<sup>4</sup> Frère Laurent de la Résurrection, *Maximes spirituelles*, 6.

<sup>5, 6, 7</sup> Ibid