Chant d'adoration

Tantum Ergo

1er couplet

Tantum ergo Sacramentum
Adorons donc, prosternés, un si grand Sacrement,
Veneremur cernui,
rendons-lui notre adoration, à genoux,
Et antiqum documentum
que l'ancien rite cède la place
Novo cedat ritui ;
au nouveau mystère ;
Praestet fides supplementum
que la foi supplée
Sensuum defectui.
à la faiblesse de nos sens.

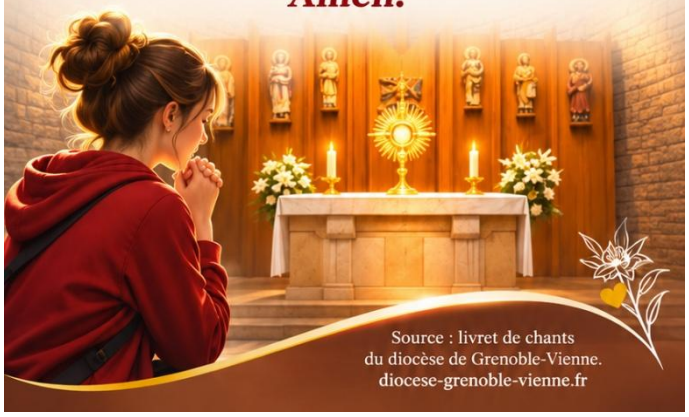
✝

2e couplet

Genitori, Genitoque
Qu'au Père et au Fils
Laus et jubilatio,
soient honneur et louange,
Salus, honor, virtus quoque
salut, gloire, puissance,
Sit et benedictio ;
et bénédiction ;
Procedenti ab utroque
même hommage à Celui qui procède
Compar sit laudatio.
de l'un et de l'autre.

✝

Amen.



Source : livret de chants
du diocèse de Grenoble-Vienne.
diocese-grenoble-vienne.fr

SAINTE EMILIE DES CAUSSES
PAROISSE

SAINTE EMILIE DES CAUSSES
PAROISSE

Livret de l'Adoration

Un temps pour se mettre en présence du Christ, l'adorer, l'écouter et se laisser transformer.



Conseils pour l'adoration du Saint Sacrement

7 attitudes spirituelles pour nous aider à prier pendant l'adoration.



1 Se tourner vers Jésus

Faire l'effort de se tourner vers Jésus qui est vraiment là, en sa présence, dans le silence et le recueillement.

Prière et méditation : Regarder Jésus

« Seigneur, tu es là, présent, devant nous. Nous te contemplons, nous t'adorons. C'est toi qui poses ton regard sur nous. Dans ce regard, nous pouvons contempler ton amour et nous laisser aimer. »

†



2 Être avec Lui, tout simplement

Donner de notre temps à Jésus, Lui parler spontanément avec notre cœur, comme à un ami.

Prière et méditation : Être là comme je suis

« Je suis là avec mes joies et mes peines, avec mes questions. Je suis là comme je suis, et toi aussi, tu es là, pour me rencontrer, m'ouvrir ton Cœur et m'aimer. »

†



3 Se laisser accueillir par Jésus avec notre pauvreté

Venir tels que nous sommes, avec nos limites et nos fragilités. Plus nous sommes pauvres, plus Jésus peut nous remplir.

Prière et méditation : Être regardé par Jésus

« Comme Pierre, Zachée, la Samaritaine ou Thomas, je viens devant toi avec ma pauvreté. Oh Jésus, ce soir, c'est moi qui suis là devant toi. »

†



4 Regarder le Christ et se laisser regarder par Lui

Poser nos yeux sur Jésus-Hostie, Le contempler longuement et nous laisser aimer par Lui. Regarder le Christ purifie notre cœur et nous transforme.

Prière et méditation : Contempler et me laisser aimer

« Jésus, je fixe mon regard sur toi, présent dans l'Hostie. Je me laisse regarder et aimer par toi. Fais grandir en moi ton amour et rends mon cœur plus semblable au tien. »

Conseils pour l'adoration du Saint Sacrement



5 Laisser Jésus travailler nos cœurs

Pendant l'adoration, Jésus touche et transforme nos cœurs. Nous Lui donnons notre temps et c'est Lui qui agit, qui nous fait don de sa paix, de sa lumière et de sa vie.

Prière et méditation : Me laisser transformer

« Seigneur, travaille mon cœur. Donne-moi ta paix, une lumière nouvelle et la grâce de te laisser transformer, pas après pas. »

†



6 Déposer nos soucis aux pieds de Jésus

Lui confier nos inquiétudes et nos épreuves. En Lui faisant confiance, nous trouvons la force d'y faire face et de nous abandonner à Lui.

Prière et méditation : Me confier à Toi

« Seigneur, je te confie mes soucis, mes peurs et mes intentions. Aide-moi à te faire confiance et à m'abandonner toujours davantage à toi. »

†



7 Accepter la sécheresse et l'aridité de la prière

La vie de prière est une vie de foi, et non de ressenti. Même si je ne ressens rien, Jésus agit en profondeur. Tenir bon, c'est un acte de foi et d'amour qui Lui permet d'accomplir son projet en nous.

Prière et méditation : Persévérer dans la foi

« Seigneur, même quand je ne ressens rien, je veux rester fidèlement devant toi. Donne-moi la confiance et la persévérance, sûr que tu agis en moi, dans le silence. »



Conseils pour l'adoration du Saint Sacrement

Adorer, c'est être avec Jésus



Adorer, c'est rencontrer Jésus sans une liste de demandes, mais avec l'unique demande de demeurer avec lui. C'est découvrir que la joie et la paix grandissent avec la louange et l'action de grâce. Quand nous adorons, nous permettons à Jésus de nous guérir et de nous changer. **Adorer**, c'est donner au Seigneur la possibilité de nous transformer avec son amour, d'illuminer nos obscurités, de nous donner la force dans la faiblesse et le courage dans les épreuves.

†

Adorer, c'est être libéré



Adorer, c'est aller à l'essentiel : c'est la voie pour nous désintoxiquer de nombreuses choses inutiles, des dépendances qui anesthésient le cœur et engourdissent l'esprit. **Adorer**, en effet, c'est apprendre à refuser ce qu'il ne faut pas adorer : le dieu argent, le dieu consommation, le dieu plaisir, le dieu succès, notre moi érigé en dieu. **Adorer**, c'est se faire petit en présence du Très Haut, pour découvrir devant lui que la grandeur de notre vie ne consiste pas dans l'avoir, mais dans le fait d'aimer.

†

Adorer, c'est apprendre à aimer



Adorer, c'est nous redécouvrir frères et sœurs devant le mystère de l'amour qui surmonte toute distance : c'est puiser le bien à la source, c'est trouver dans le Dieu proche le courage d'approcher les autres. **Adorer**, c'est savoir se taire devant le Verbe divin, pour apprendre à dire des paroles qui ne blessent pas, mais qui consolent.

†

Que veut dire adorer Dieu ?

Adorer le Seigneur veut dire lui donner la place qu'il doit avoir. **Adorer** le Seigneur veut dire affirmer, croire, non pas simplement en paroles que lui seul guide vraiment notre vie.

Adorer le Seigneur veut dire que devant lui nous sommes convaincus qu'il est le seul Dieu, le Dieu de notre vie, le Dieu de notre histoire.

Adorer, c'est se dépouiller de nos idoles mêmes les plus cachées et choisir le Seigneur comme le centre, comme la voie royale de notre vie.

