



La Cène, par Philippe de Champaigne, vers 1662, musée du Louvre

Comment adorer l'Eucharistie ?

Chers pèlerins,

Ce soir, sur le bivouac de Gas, l'adoration eucharistique sera proposée aux pèlerins. C'est sans doute l'un des temps les plus importants de notre pèlerinage : le Seigneur vient visiter notre camp, il sera réellement présent au milieu de nos chapitres, toute la nuit, attendant patiemment que ses enfants viennent à lui. Alors, même si nous sommes bien fatigués ce soir, même si nous avons le légitime désir de passer du temps avec nos amis, ne nous couchons pas avant d'avoir rendu une visite au Seigneur présent dans l'ostensoir, pour l'adorer.

Mais justement, qu'est-ce que l'adoration ? Le but de ce topo est de nous faire redécouvrir cet acte central de la foi, que l'on confond souvent avec beaucoup d'autres choses.

Qu'est-ce que l'adoration ?

Sachez déjà que « adorer », ce n'est pas précisément la même chose que « prier » ; ou plutôt, adorer est une prière très spéciale : c'est le premier et le plus grand des quatre actes de la prière (qui sont, pour rappel : adorer ; remercier ; demander pardon ; demander des grâces).

L'erreur que nous faisons parfois, quand nous venons à l'adoration, est de commencer notre prière en parlant de nous, de nos difficultés, de nos demandes, de notre regret... Je ne vous dis pas que cela est mauvais, bien sûr ! Mais ce n'est pas d'abord cela, adorer. Pour être des « *adorateurs en esprit et en vérité* », la première chose à faire, c'est de ne pas nous regarder nous-même : mais de regarder Dieu. Ainsi, l'adoration n'est pas, en soi, une prière de demande. L'adoration est un acte gratuit, elle est toute « *pour Dieu* », et c'est ce qui fait sa richesse : en adorant, l'homme réalise sa plus grande vocation, qui est rendre hommage au Seigneur et de glorifier son nom.

« *On n'adore que Dieu* », répète-t-on aux enfants qui aiment un peu trop le chocolat. Et en effet, adorer est un acte intime réservé pour Dieu : Lui seul mérite l'adoration, parce Lui seul est Seigneur : « *Tu solus Dominus* », dit-on dans le chant du *Gloria*. Adorer, c'est tout simplement reconnaître, avec notre intelligence, que Dieu est Seigneur, qu'il est notre Créateur et notre Maître, et que nous sommes totalement dépendants de Lui en toutes choses, et c'est nous réjouir de tout cela dans notre cœur.

Alors, comment faire ? Je vous propose de retenir les deux grandes étapes de l'adoration que nous conseille les « maîtres » en adoration, à savoir les grands saints.

La première étape de l'adoration : contempler la grandeur de Dieu

Première étape : il faut commencer par ne regarder QUE DIEU. C'est d'ailleurs la moindre des politesses : lorsqu'on retrouve un ami, on prend d'abord des nouvelles de lui, avant de lui parler de nos aventures et de nos misères...

Ainsi, pour bien adorer, il faut d'abord se mettre en présence de Dieu et le regarder lui, sans me regarder, moi. Si nous le faisons bien, si l'espace d'un instant nous pouvions saisir qui est celui qui se trouve devant nous, dans cette humble hostie, le Dieu Éternel, Créateur, si Grand et Mystérieux ! Dieu est Dieu, et il est là, présent ! C'est ce qu'ont éprouvé les Rois Mages, en venant à la crèche : « *Ils entrèrent dans la maison, virent le petit enfant avec Marie, sa mère, et se prosternant ils l'adorèrent* » ; c'est ce qu'a compris saint Thomas, quand il a cru dans la résurrection du Christ et qu'il s'est exclamé : « *Mon Seigneur et mon Dieu !* » ; c'est ce que font en permanence les anges du Ciel, qui « *adorent Dieu, en*

disant : Amen ! La louange, la gloire, la sagesse, l'action de grâces, l'honneur, la puissance, et la force, soient à notre Dieu, aux siècles des siècles ! Amen ! » Dans ces trois scènes, aucune demande n'est formulée à Dieu, aucun bénéfice n'est demandé pour les hommes : seul jaillit le cri de l'adoration.

Un dominicain disait : « *L'adoration est la réaction spontanée de l'âme qui perçoit la grandeur de Dieu.* » Il y a un mot pour décrire cette grandeur de Dieu : ce mot, c'est la transcendance de Dieu. Hélas, cette idée est bien négligée aujourd'hui. Certes, Dieu est aussi un ami, un proche, nous allons le voir juste après, mais enfin, il est Dieu ! Et cette prise de conscience, profonde, que Dieu est là, va provoquer en nous une joie, une joie très pure. Avez-vous déjà vécu cette joie, ce bonheur de vous dire : « *C'est quand même magnifique que Dieu existe !* » C'est pourtant cela que la Messe essaie de faire naître en nous, dans l'exaltation de la prière du *Gloria*, du *Sanctus* ou bien dans la Préface.

Essayons donc de commencer nos adorations par ce regard simple sur Dieu, en nous oubliant en quelque sorte ; nous pourrions nous aider par la lecture du *Gloria*, d'un psaume, ou de la première partie du Notre Père (les 3 premières demandes, toutes tournées vers Dieu)

La deuxième étape de l'adoration : se reconnaître humble créature

Après ce regard simple sur Dieu, l'adoration nous amène à poser un regard sur nous-même. « *Qui suis-je, par rapport à Dieu ?* » La réponse est simple : je suis une créature. Il faut nous le rappeler, souvent ! Car sinon nous risquons de tomber dans l'orgueil. Si j'existe en ce moment, si je peux respirer, parler, prier, si je peux faire ce pèlerinage de Chartres, c'est parce Dieu, ce Grand Dieu si haut et si mystérieux, pense à moi, m'aime, et en ce moment me donne la vie.

On dit souvent aux enfants du catéchisme : « *Si Dieu arrêtait un moment de penser à toi, tu n'existerais pas* » : c'est tellement vrai ! L'idée qu'il faut faire naître ici, dans cette deuxième étape, c'est celle de notre dépendance totale vis-à-vis de Dieu. Nous existons uniquement parce que Dieu nous aime et nous donne l'existence. Et pas seulement l'existence, la pichenette initiale, mais à chaque instant, Dieu nous garde, nous porte, nous communique sa vie, et plus encore, ses dons, ses grâces, les bienfaits. Nous sommes reliés à Dieu en permanence. C'est d'ailleurs

l'origine du mot religion, de « *relier* » en latin. Adorer, c'est reconnaître et aimer cela : c'est essayer d'apercevoir ce lien invisible qui en permanence me relie à Dieu. Et de ce regard jaillit une nouvelle joie : Seigneur, je suis heureux d'être votre enfant. Je me réjouis de cette dépendance que j'ai envers vous. Cette joie, c'est la joie du Magnificat, joie de la Vierge Marie qui se reconnaît l'humble servante du Seigneur et qui aime cette humble position : cette joie pure, c'est l'inverse de l'attitude du pécheur qui au contraire refuse d'être dépendant, refuse de recevoir et prétend diriger seul sa vie ; c'est le cri de Satan, « *je ne servirai pas !* ».

Cette joie de tout recevoir de Dieu peut parfois, il est vrai, être difficile à atteindre face aux épreuves de la vie et aux peines que nous traversons. Mais l'adoration, encore une fois, nous aide à voir que, si Dieu permet parfois certaines difficultés, sa main sans cesse nous accompagne et nous porte, et il peut en faire sortir des grands biens. Notre avenir est entre les mains de Dieu, et comme Dieu est bon, nous sommes assurés qu'il s'occupera bien de nous. L'adoration aide notre âme à trouver paix et consolation, comme un enfant qui, lorsqu'il a mal, se réfugie dans les bras de ses parents.

Bien sûr, une fois que ces deux étapes de l'adoration sont franchies, notre entretien avec Dieu peut se poursuivre avec les trois autres actes de la prière : remercier pour les grâces reçues ; demander pardon pour nos péchés ; demander les grâces (prière de demande proprement dites). Et d'ailleurs, notre prière sera d'autant plus fervente et vraie que nous aurons pris le temps, avant, d'adorer Dieu comme il le faut.

L'effort de l'adoration : courage et persévérance !

Adorer est l'une des plus grandes actions que nous pouvons faire sur cette Terre, comme au Ciel d'ailleurs. C'est d'abord un acte de justice : car nous sommes des créatures, et ultimement, nous avons été créés pour glorifier Dieu, pour reconnaître sa grandeur et notre dépendance à Lui. Et ce qui est très grand, c'est qu'en accomplissant cette mission d'être des « adorateurs », nous trouvons notre bonheur et notre salut : car ce Dieu vers lequel nous nous tournons en l'adorant est aussi ce Dieu qui comble notre cœur.

Mais adorer n'est pas un acte facile. Si la vie était comme un fleuve, adorer c'est comme essayer de remonter le courant pour retourner à notre source, qui est Dieu. C'est ce que saint Augustin a exprimé dans

une célèbre phrase : « *Tu nous as faits pour toi, ô mon Dieu, et notre cœur est sans repos tant qu'il ne repose en toi.* » Ce retour à Dieu qui est le but de toute notre vie nous remplira de bonheur, mais cela demande un vrai effort de recueillement, de régularité, de persévérance, pour tous les jours revenir à la source dans l'adoration. Alors courage, chers pèlerins ! Pour vous aider, vous trouverez dans le livret du pèlerin de nombreux textes spirituels pour nourrir votre prière d'adoration.

Les gestes de l'adoration

L'adoration est une prière intérieure ; mais comme nous sommes corps et âmes, certains gestes du corps peuvent nous aider à mieux adorer. Parmi ces gestes, en voici quelques-uns :

La gèneuflexion. En entrant dans une église, devant la présence réelle, la liturgie nous demande de faire une gèneuflexion. Par ce geste, c'est le corps tout entier qui s'abaisse devant la Présence de Dieu ; on reconnaît qu'Il est plus grand que nous et que nous lui devons hommage et respect.

Traditionnellement, lorsque le saint Sacrement est exposé dans l'ostensoir, on fait une gèneuflexion à deux genoux, accompagnée d'une profonde inclination.

La prière à genoux exprime la même idée que la gèneuflexion, sauf que, durant plus longtemps, elle manifeste notre désir de rester humble et petit devant le Seigneur.

Les mains jointes proviennent d'une antique tradition médiévale : lorsqu'un vassal prêtait serment de fidélité à son seigneur, il se mettait à genoux devant lui les mains jointes, et le seigneur venait mettre ses mains autour de celles du vassal : ce geste symbolise que nous remettons toute notre personne entre les mains de Dieu, et qu'en retour Dieu nous assure de toute sa protection.



Quelques ouvrages de référence...

- *Catéchisme de l'Église Catholique*, n° 2083 à 2141, chapitre sur le 1^{er} commandement.
- Saint JEAN-PAUL II, Lettre encyclique *Ecclesia de Eucharistia*, Éd. Pierre Téqui.
- BENOÎT XVI, *Sacramentum Caritatis*, Éd. Pierre Téqui.