



# Missionnaires de la Très Sainte Eucharistie

Missionarii Sanctissimae Eucharistiae

B.P. 540 / 83470 Saint-Maximin-la-Ste-Baume / France

Site : [www.adoperp.fr](http://www.adoperp.fr) / Email : [fr@adoperp.fr](mailto:fr@adoperp.fr)

---

## 7 raisons sur l'importance d'une heure d'adoration par semaine

**1. Raison biblique** : Après avoir donné son corps et son sang à manger et à boire au cénacle, Jésus invite ses disciples au jardin des Oliviers pour prier avec lui : « *Ne pouvez-vous pas veiller une heure avec Moi ?* » (Mc 14, 27)

**2. Raison théologique** : L'adoration eucharistique « prolonge et intensifie » ce qui est célébré à la sainte Messe. La célébration eucharistique doit aller de pair avec notre amour personnel pour le Christ dans l'adoration. Adorer le Saint-Sacrement une heure chaque semaine crée un lien direct avec la messe hebdomadaire. La messe et l'heure d'adoration permettent d'acquérir une véritable spiritualité eucharistique, source de grâces pour la semaine.

**3. Raison psychologique** : Certains déclarent préférer prier chez eux. L'expérience montre qu'il est plus difficile de prier chez soi à cause du bruit, des distractions ou des dérangements divers que dans une chapelle dédiée uniquement à la prière. L'Eucharistie est le moyen sublime que Dieu donne dans la surabondance de son amour pour que l'homme s'unisse à lui. L'Église encourage aujourd'hui vivement la pratique de l'adoration eucharistique. Il serait dommage de la négliger ! Vouloir rencontrer Dieu en nous dans un *cœur à cœur* sans passer par le *face à face* de l'adoration nécessite beaucoup de purifications intérieures et une solide formation, sans quoi l'oraison risque de nous ramener à nous-mêmes et non à Dieu présent en nous. Le *face à face* de l'adoration aide à se décentrer de soi, pour se centrer sur le Christ. Contempler l'Hostie nous conduit au *cœur à cœur* avec Jésus.

**4. Raison pratique** : Il est plus facile de libérer une heure par semaine qu'une heure par mois dans notre emploi du temps établi sur une base hebdomadaire.

**5. Raison de fidélité** : Quelle que soit la discipline que nous exerçons (physique, intellectuelle ou spirituelle), la régularité s'avère fondamentale. Sans ascèse, il ne peut y avoir de progrès. Aucun progrès spirituel n'est possible sans régularité ni fidélité dans la vertu de la prière. Sans cela, la prière risque d'être sentimentale : « je prie quand j'en ai envie, ou plutôt s'il me reste du temps après toutes mes activités quotidiennes... » Et Jésus passe après tout le reste ! Souvenons-nous de la parole de Jésus à Marthe : « *Marthe, Marthe, tu te préoccupes de beaucoup de choses, pourtant une seule est nécessaire, Marie a choisi la meilleure part et elle ne lui sera pas enlevée* » (Lc 10, 41). Marie était assise aux pieds de Jésus. Elle laisse tout pendant un moment pour être toute à Jésus. L'adoration est une école de ferveur dans la prière.

**6. Raison spirituelle** : Certains refusent de choisir une heure fixe, mais souhaitent venir 'librement', selon leur bon vouloir. Désir trompeur et fidélité hasardeuse ! L'amour pousse à l'engagement. La liberté s'exerce pleinement lorsqu'elle engage à la fidélité dans l'amour. Pour dépasser une adoration affective (on adore quand on le sent... on va prier 'son Jésus') et passer à une adoration 'en esprit et en vérité', une adoration en Église et pour l'Église, il faut s'engager !!! « Les véritables adorateurs adoreront le Père en 'esprit et en vérité' » (Jn 4, 23). L'adoration devient alors un service pour l'humanité. Nous veillons au nom de l'Église, pour ceux qui en ont le plus besoin... L'expérience montre que l'engagement à une heure fixe permet de persévérer dans les périodes d'aridité et de sécheresse spirituelles...

**7. Raison ecclésiale** : Donner fidèlement une heure par semaine à Jésus dans la chapelle d'adoration nous aide à nous fidéliser dans la prière. Nous devenons gardien du Saint-Sacrement. Dans le livre de l'Exode (Ex 17, 8-13), lorsque Moïse, soutenu par Aaron et Hur, élevait les mains vers Dieu, le Seigneur donnait la victoire à son peuple. De la même manière, lorsque les paroissiens élèvent à l'unisson leur cœur et leur vie vers Jésus dans l'adoration, Dieu déverse son amour et sa miséricorde sur son Église et chasse toutes ténèbres. Par l'adoration perpétuelle, à chaque heure du jour et de la nuit, nous prenons le relais de quelqu'un et nous laissons notre place à quelqu'un d'autre. Chacun est un maillon indispensable pour que la chaîne de prière soit continue et que soit rendu à Jésus 'amour pour amour'. L'adoration n'est pas une forme de piété personnelle, mais une prière communautaire qui « élargit le cœur aux dimensions du monde » (Jean-Paul II).