



---

Méditation pour l'adoration à l'occasion de la toussaint

---

## Adoration guidée

(1 Jn 3, 1-3)

Bien-aimés,

voyez quel grand amour nous a donné le Père  
pour que nous soyons appelés enfants de Dieu  
– et nous le sommes.

Voici pourquoi le monde ne nous connaît pas :  
c'est qu'il n'a pas connu Dieu.

Bien-aimés,  
dès maintenant, nous sommes enfants de Dieu,  
mais ce que nous serons n'a pas encore été manifesté.  
Nous le savons : quand cela sera manifesté,  
nous lui serons semblables  
car nous le verrons tel qu'il est.

Et quiconque met en lui une telle espérance  
se rend pur comme lui-même est pur.

### Etape 1 : Entrer dans la contemplation

« *Voyez quel grand amour nous a donné le Père* »

Faire silence... Et entrer dans la contemplation du Mystère du don de Dieu dans l'Eucharistie. Le Christ se livre, il est offert à nos sens, à nos regards, à nos cœurs. Exposé, pour que nous le voyions. « *Voyez quel grand amour nous a donné le Père* » Entrer dans cette adoration en ouvrant les yeux et le cœur, en le regardant, en le contemplant, en se laissant regarder par lui... Par la contemplation du Christ dans l'Eucharistie, nous entrons dans le Mystère de l'amour trinitaire...

« Quand vous vous trouvez devant le Saint Sacrement, ouvrez-lui votre cœur. Laissez-le parler à votre âme. » — Saint Jean-Marie Vianney

### Etape 2 : Se laisser transformer par Lui

« *Pour que nous soyons appelés enfants de Dieu* »

L'adoration n'est pas un face à face vide, une pause sans effet dans notre vie. En tant que baptisés, nous sommes appelés à toujours davantage découvrir, prendre conscience et comprendre notre identité de fils et filles du Père. Cela passe par une conversion, une transformation intérieure qui se vit jour après jour. Afin que cette identité soit connue de nous, et reconnue du monde : que nous soyons appelés ainsi « enfants de Dieu. »

Avez-vous remarqué qu'à force d'être en contact avec une personne (dans le mariage, en amitié), on finit par être imprégné, modelé, influencé par cette personne, on finit par lui ressembler ? Il en est de même avec le Seigneur, notamment dans l'adoration : plus on entre en dialogue intime personnel (en cœur à cœur) avec lui, plus il pourra nous convertir, nous guider, nous faire comprendre son projet d'amour pour nous, pour nos frères, pour le monde. Plus nous nous découvrons et comprenons fils et filles du Père, enfants de Dieu.

Dans ce temps d'adoration, nous nous laissons transformer intérieurement par Celui que nous adorons. Nous le laissons convertir nos vies de l'intérieur. Nous nous laissons saisir par son Esprit, donné en cette adoration.

« Je me sens tout transformé quand je regarde le Saint Sacrement. C'est là que je puise la force d'aimer et de servir. » — Saint François d'Assise

### Etape 3 : Entrer dans une communion nouvelle

« Quand cela sera manifesté, nous lui serons semblables car nous le verrons tel qu'il est. »

L'adoration nous aide précisément à voir le Seigneur tel qu'il est et à lui ressembler, à devenir semblable à lui. Cette transformation intérieure, cette conversion de nos vies demande de purifier notre regard et notre cœur pas après pas. C'est un chemin de vie, de sainteté. « Heureux les cœurs purs, car ils verront Dieu ». En adorant Dieu et en contemplant cet amour donné, Dieu interpelle notre cœur marqué par le péché et nous appelle à cette conversion personnelle qui nous fait entrer dans une communion nouvelle avec le Seigneur, jusqu'à le « voir tel qu'il est ».

Le voir tel qu'il se donne (avec humilité, en s'incarnant dans la pauvreté, l'Agneau sans tâche),

Le voir tel qu'il travaille en nous (avec douceur, patience, amour et miséricorde),

Le voir tel qu'il ne cesse de construire l'Eglise (en nous appelant à sa suite, dans la force de son Esprit)

et tel qu'il ne cesse de guider le monde (en servant nos frères, les pauvres...).

Le voir tel qu'il nous sauve (en donnant sa vie pour chacun de nous)

Et tel qu'il nous appelle à être « semblables à lui » : en aimant le monde et en participant à son salut.

« Contempler l'amour du Christ nous aide à être plus attentifs aux souffrances et aux besoins des autres, nous rend assez forts pour participer à son œuvre de libération en tant qu'instruments de diffusion de son amour » (Pape François, *Dillexit nos* n° 171, cité par pape Léon XIV, *Dilexi te* n°2)

« Quand je regarde le Saint Sacrement, c'est l'Évangile qui prend vie. » — Sainte Thérèse de Lisieux

### Etape 4 : Vivre de l'Espérance reçue : devenir saints

« Quiconque met en lui une telle espérance se rend pur comme lui-même est pur. »

Devenir « semblable à lui » est un long chemin qui dure toute la vie. C'est le chemin de sainteté à laquelle Dieu nous appelle.

« Nous sommes enfants de Dieu, mais ce que nous serons n'a pas encore été manifesté », dit Saint Jean. Ce que nous sommes ne paraît pas encore pleinement aux yeux du monde. Nous sommes encore marqués par la division, l'injustice, la violence, le péché. Mais ce temps d'adoration ouvre en nous une espérance : ce que nous avons vécu et compris, ce que nous avons médité et reçu ici durant ce temps d'adoration, est possible : nous pouvons voir le Seigneur tel qu'il est et nous laisser transformer par lui pour devenir semblables à lui.

Il y a là la vérité d'un appel que nous désirons saisir de tout notre être : devenir saints. Nous entendons l'appel à la sainteté que Dieu nous lance et que nous célébrerons demain. L'adoration ouvre en nous une espérance : espérance sur nous-mêmes et sur nos frères : je suis / nous sommes aimé(s) et sauvé(s). Cette espérance est pour notre monde : la vie aura le dernier mot sur la mort. Jésus est vainqueur par sa résurrection. Qui met en lui une telle espérance, qui entre dans une telle confiance, se rend pur. Jésus nous invite à poser cet acte d'espérance, à faire ce pas de la confiance, et cette confiance purifie notre cœur de toutes nos idoles, des volontés de s'en sortir par soi-même et des fausses réassurances que nous cherchons ailleurs, pour nous faire entrer davantage dans le dessein de Dieu pour nous. Il rend ainsi notre cœur davantage « pur », c'est-à-dire disposé, ou ressemblant à celui du Fils qui s'est entièrement abandonné à son Père.

« Le Verbe se tait dans l'Eucharistie, mais son silence est parole d'amour. » — Saint Pierre-Julien Eymard

« L'adoration... cette admiration muette qui est la plus éloquente des louanges... Cette adoration muette la plus passionnée des déclarations d'amour... » *Bhx Charles de Foucauld*

## 5. Action de grâce

« Mon Dieu, je suis si persuadé que tu veilles sur ceux qui espèrent en toi, et qu'on ne peut manquer de rien quand on attend de toi toutes choses, que j'ai résolu de vivre à l'avenir sans aucun souci, et de me décharger sur toi de toutes mes inquiétudes. » St Claude la Colombière

**Ps 36** « Fais confiance au Seigneur, agis bien, habite la terre et reste fidèle ;

mets ta joie dans le Seigneur : il comblera les désirs de ton cœur.

Dirige ton chemin vers le Seigneur, fais-lui confiance, et lui, il agira.

Il fera lever comme le jour ta justice, et ton droit comme le plein midi. »

