



60 MINUTES AVEC JÉSUS



GUIDE POUR L'ADORATION
EUCCHARISTIQUE

**CE GUIDE VISE A VOUS
ACCOMPAGNER DANS**

**VOTRE PRATIQUE DE
L'ADORATION**

**EUCHARISTIQUE EN VOUS
OFFRANT DES**

**MÉDITATIONS ET PRIÈRES
POUR ENRICHIR**

**VOTRE EXPÉRIENCE
SPIRITUELLE .**

Vous voilà devant le Saint Sacrement, quelle joie que de se trouver devant son créateur ! Prenez une position de prosternation à genoux si possible et signez - vous du signe de croix très lentement.

Prenez quelques inspirations profondes afin de centrer votre esprit et de vous mettre en phase avec le Seigneur.

Maintenant que vous êtes dans un état de relaxation profonde vous êtes fin prêt a communiquer avec le Père.

La plus belle prière est celle qui vient du cœur, vous pouvez simplement dire ce que vous avez sur le cœur. La présence est réelle !

Il est là devant vous et il vous écoute et vous regarde avec compassion et miséricorde. Si vous ne savez pas quoi dire dites simplement un Notre Père après avoir demandé l'intercession de la Sainte vierge Marie.

Sentez l'inspiration venir et respirez..., fermez les yeux prenez un moment de réflexion sur le déroulé de votre journée, (Comment ai-je aimé ?) Que s'est-il passé durant cette journée ? Qu'est-ce que Dieu m'a apporté ? M'a-t-il fait signe ?

Sentez le réconfort de notre Père ; sa présence est réelle !

**Bonne méditation et
bonne adoration !**

**Au nom du Père qui m'a créé, du
fils qui m'a sauvé et du Saint Esprit
qui me sanctifie . Amen +**

Très Sainte vierge Marie, intercède
pour moi auprès de ton fils Jésus pour
que mes supplications montent vers le
ciel. O mère du Verbe incarné
conduisez- moi au Père.

Je vous salue Marie...

Viens Esprit créateur, Je t'invoque
JÉSUS DE Nazareth !

Jésus - Christ roi des rois Dieu de
l'Univers, je crois, j'adore et
j'espère. Je me présente devant toi O
mon doux Jésus avec mes faiblesses
et dans ma petitesse je m'abaisse
devant toi, Yeshua
Seigneur aie pitié de moi pauvre
pécheur O Christ prends pitié.
Je ne suis pas digne de me tenir
devant toi mais dis seulement une
parole et mon âme sera guérie !
Amen

J'ai seulement besoin de toi Père, en
toi je trouve ma joie, je suis rempli
d'allégresse quand je te vois, toi seul
peux me comprendre toi seul connais

ce que je ressens, Seigneur délivre -
moi ! **Amen**

“ Le Seigneur est mon berger je ne
manquerai de rien ! (**Ps 22**) Ton bâton
me guide et me rassure.

Tu me fais reposer dans de verts
pâturages.”

Je te rends grâce pour cette journée,
pour le partage que j’ai reçu, merci de
m’avoir accompagné durant cette
journée. En toi je trouve mon
espérance. **Amen**

Esprit Saint qui vient du Père, viens
me guider, me vivifier, fortifie-moi
dans mes faiblesses, Viens Esprit
Saint, de ta lumière envahis-moi ! De
ton feu ardent, embrase-moi ! Écoute

le cri de mon Cœur. Mon cri qui vient à toi. O Dieu créateur, je te remercie pour le souffle de vie. Fait de moi un témoin de ton Amour !

Glorifie-moi.

(Ps 4) “ Quand je crie, réponds moi, Dieu ma justice !

Toi qui me libères dans la détresse, pitié pour moi, écoute ma prière ! En paix, rassemblé dans l’unité, je me coucherai et m’endormirai, car toi Seigneur tu m’a établi, en solitude dans l’espérance.” **Gloire au Père...**

Maintenant.... Alléluia....

Seigneur, donne-moi un jour de voir ton visage, Je veux te voir Jésus.

Donne-moi de faire qu’un avec toi, O Jésus, Mon Seigneur et mon Dieu !

Avec toi je suis en sécurité, Merci
Seigneur.

O Jésus donne-moi le pain
d'humilité, donne-moi le pain de
mortification intérieure, Donne-moi je
te prie le pain de charité, donne-moi
la soif d'apprendre toujours plus de
toi . O Christ par ta parole je me sens
vivre, tu es une parole vivante pour le
monde, donne-moi de pouvoir moi
aussi témoigner de ton Amour. **Ainsi
soit – il .**

(ps 63) ‘Exauce ma prière, Seigneur
quand je te supplie ;
de la crainte de l'ennemi délivre mon
âme.

Protège-moi contre les complots des méchants, contre la multitude de ceux qui commettent l'injustice”.

Je me réjouis en toi Seigneur et je mets en toi mon espérance Je te loue pour des siècles et des siècles **Amen.**

Seigneur Dieu, fais resplendir sur moi ta face, prends pitié de moi.

(Ps 66) “Que les peuples te confessent, O Dieu, que tous les peuples te confessent.

Que les nations soient dans la joie et l'allégresse car tu juges les peuples avec droiture, et sur la terre tu guides les nations.

Que tous les confins te craignent O
Seigneur.” **Gloire au père...
maintenant.... Alléluia...**

Qu’il est bon d’être avec toi Seigneur
Dieu, tu es bon, en tout temps ta
lumière resplendit en moi, alléluia, tu
es comme une source d’eau
jaillissante en moi . Je te louerai sans
fin et sans fin je prononcerai ton nom.
Amen... Alléluia !

Agneau immolé tu t’es levé pour
sauver l’humanité, O Christ ressuscité
tu règnes sur l’humanité, je dirai tout
haut ce que tu as fait pour moi je
proclamerai la gloire de ton nom je

parlerai de ta bonté et ta fidélité,
vraiment qu'il est bon de te glorifier
O Agneau immolé ton règne n'a pas
de fin, je proclamerai la gloire de ton
nom pour l'éternité **Amen...**

Alléluia !

A l'ombre de tes ailes, tu me promets
le ciel et ton amour aussi doux que le
miel me remplit d'allégresse et sans
cesse je glorifiai tes merveilles, tu ne
me promets pas d'être heureux, mais
être avec toi c'est ce qui me rend
joyeux et quand je partirai au ciel
j'espère que tu me fera une place car
j'aime être avec toi, Jésus j'ai
confiance en toi ! **Amen... Alléluia !**

Père je remets mon Esprit entre tes
mains, par ta Divine miséricorde
prends pitié de moi, je m'incline
devant ta grandeur avec ma petitesse .
Ma bouche sans fin chante ta louange
et ta gloire, Hosanna au fils de
David !

Que tout Esprit te loue éternellement !
O Dieu tout-puissant écoute ma
prière. Ne détourne pas de moi ta
face. Ravive en moi la flamme de
l'Espérance, fais de moi une âme
charitable, donne moi d'aimer mon
prochain. Je te remets tout ceux qui
m'ont blessé, tous ceux à qui je
n'arrive pas a pardonner. Seigneur
sois miséricordieux pour nous et pour

le monde entier ! Que tout Esprit te loue éternellement ! **Ainsi soit-il .**

Je t'implore, Jésus de Nazareth, Jésus Christ, Par ton précieux sang, par tes saintes plaies, par ta croix , délivre mon âme, purifie ce qui est souillé, aplanis les sentiers, rafraîchis ce qui est aride, guide-moi vers ta lumière étincelante, ne me laisse pas succomber a la tentation

Dieu viens a mon aide, seigneur a notre secours ! Gloire soit au Père...

Prière de guérison : O Dieu, Je me présente devant toi et te prie pour ce

que je considère le plus important.

Ce que je désire est ce qui me paraît
le plus important.

Mais toi O mon Dieu, Mets-moi dans
le cœur ces paroles ‘’

Ce qui est important c’est la santé de
l’âme ‘’

Seigneur que sur moi s’accomplisse
en tout ta Sainte volonté.

Si tu le peux et si tu le veux, que je
retrouve la santé. Si c’est ta volonté,
que je continue a porter ma croix. Et
je te prie pour mon proche malade.

Viens purifier nos cœurs afin de nous
rendre dignes d’être les instruments
de tes Saintes grâces. Garde-moi

(mon proche) soulage mes douleurs.

Que ta Sainte volonté

s’accomplisse sur moi .

Aide-moi a porter ma croix, Merci
Seigneur.

X 3 gloire au père ...

Seigneur, tu est la prunelle de mes
yeux, ton amour est éternel, avec toi
je n'ai plus peur, Saint est ton nom !
Réjouis-toi Seigneur, ne pleure pas
mon doux Jésus . Je promets de te
rester a jamais fidèle car toi seul est le
très - Haut, toi seul est Seigneur.
Reste avec moi Jésus, mon cœur a
soif de toi, je te prie pour que ma foi
soit comme le buisson ardent qui ne
se consume pas, révèle-toi a moi O
mon Dieu, je crois en la présence
réelle dans cette hostie de pain.
Seigneur donnez-moi je vous prie le

doux parfum de votre Esprit Saint .

Amen.

Par cette Sainte Eucharistie, je te bénis, je te rends grâce car tu as donné ta vie pour moi. Toi qui as dit cherchez et vous trouverez, frappez et l'on vous ouvrira, voici que je frappe à ta porte réclamant ton assistance en toute bienveillance, accueille mes prières. Et le verbe s'est fait chair, et il a habité parmi nous ! **Gloire au Père... Maintenant.... Amen.**

(Anima Christi)

Âme du Christ, sanctifie-moi, corps
du Christ, sauve-moi.

Sang du Christ, enivre-moi. Eau du
coté du Christ, lave moi.

Passion du Christ, fortifie moi. O bon
Jésus, exauce-moi.

Dans tes blessures, cache-moi.

Ne permets, pas que je sois séparé de
toi.

De l'ennemi défends moi.

A ma mort appelle - moi .

Ordonne-moi de venir a toi pour
qu'avec tes saints je te loue,

Dans les siècles et des siècles.

Ainsi soit-il.

(Prière de Fatima)

Mon Dieu , je crois, j'adore j'espère et je vous aime. je vous demande pardon pour ceux qui ne croient pas, qui n'adorent pas, qui n'espèrent pas et ne vous aiment pas.

Très Sainte Trinité, Père fils et Saint-Esprit , je vous adore profondément et je vous offre le très précieux corps, sang, Âme et Divinité de notre Seigneur Jésus - Christ, présent dans tout les tabernacles du monde, en réparation des outrages, sacrilèges et indifférences pas lesquels il est lui-même offensé. Par les mérites infinis de son Cœur sacré et du Cœur

immaculé de Marie, je vous demande
la conversion des pauvres pécheurs.

Mon Jésus avec toi et par toi je
demande au Père céleste de bien
vouloir accorder sa bénédiction sur
ma paroisse, fidèles, évêques, prêtres
et diacres. Apporte-leur, Père la paix
qu'ils méritent, envoie un rayon de ta
lumière et sois miséricordieux.

Seigneur écoute ma supplication,
apporte aux malades la grâce de
guérison toi qui en es capable toi qui
es leur seul espoir, réduis leurs
souffrances et si telle est ta volonté
aide-les à porter leurs croix je te
remets leurs souffrances.

Accorde aux agonisants la grâce
d'une bonne mort.

Viens bénir les personnes aidantes qui
accompagnent nos malades et les
mourants.

Seigneur sois miséricordieux.

Console ceux qui sont seuls.

Aussi accorde-moi la grâce dont j' ai
besoin... (dire la grâce que vous
voulez obtenir)

Bénis le Saint Père.

O mon Jésus pardonne-nous tout nos
péchés, préserve-nous du feu de
l'enfer et conduis au ciel toutes les
âmes spécialement celles qui ont le
plus besoin de ta Sainte et Divine
miséricorde.

Jésus J'ai confiance en toi !

**Notre Père... Je vous salue Marie...
Gloire au Père...**

**(Prière d'abandon de Charles de
Foucauld)**

“Mon Père je m'abandonne a toi, fais de moi ce qu'il te plaira. Quoi que tu fasses de moi, je te remercie, je suis prêt à tout, j'abandonne tout pourvu que ta volonté se fasse en moi, et en toutes tes créatures, je ne désire rien d'autre, mon Dieu.

Je remets mon âme entre tes mains.
Je te la donne, mon Dieu, avec tout l'amour de mon Cœur, parce que je t'aime et que ce m'est un besoin d'amour de me donner,

de me remettre entre tes mains, sans mesure, avec une infinie confiance, car tu es mon Père et je suis ton enfant bien - aimé.” **Au nom du Père et du fils et du Saint Esprit Amen +**

“ Jésus doux et humble de cœur, rends notre cœur semblable au tien ! ”

Litanie et consécration au sacré cœur de Jésus :

Cœur de Jésus, plein d’amour et de bonté, **ayez pitié de nous.**

Cœur de Jésus, abîme de toutes les vertus, **ayez pitié de nous.**

Cœur de Jésus, très digne de toute louange, **ayez pitié de nous.**

Cœur de Jésus, roi et centre de tous
les cœurs **ayez pitié de nous.**

Béni soit Jésus Christ

Béni soit le très Saint sacrement de
l'autel.

Béni soit son Saint nom.

Béni soit Dieu le Père tout-puissant

Béni soit sa création

Béni soit le fils du Dieu vivant

Béni soit celui qui vient au nom du
Seigneur

Béni soit le bon pasteur

Béni soit le berger qui rassemble ses
brebis égarées.

Béni soit la très sainte vierge Marie

Béni soient tout les anges et tout les
Saints.

Béni soit le maître de l'Univers.

Cœur sacré de Jésus, j'ai confiance en vous ! Cœur douloureux et Immaculé de Marie, refuge des pécheurs, priez pour nous !

Amen... Alléluia...

Prière a Marie :

Très Sainte vierge Marie, Reine du ciel et souveraine maîtresse des anges, par ton oui tu nous a donné Jésus il est devenu ton fils bien-aimé O Mère très aimante accorde-nous aussi de répondre oui a la vie en Christ. O, Maman Marie prends-moi par la main et guide-moi vers Jésus ton enfant. Jésus, Marie je ne désire que vous, pour tout et pour toujours.

Je vous salue Marie... Gloire au Père...

Bonus : chant d'adoration

**REGARDEZ L'HUMILITÉ DE
DIEU**

Admirable grandeur
Étonnante bonté
Du Maître de l'Univers
Qui s'humilie pour nous au point de
se cacher
Dans une petite hostie de pain

Regardez l'humilité de Dieu
Regardez l'humilité de Dieu
Regardez l'humilité de Dieu
Et faites-lui hommage de vos cœurs

Faites-vous tout petits
Vous aussi devant Dieu

Pour être élevé par lui
Ne gardez rien pour vous
offrez-vous tout entier
A ce Dieu qui se donne à vous

Regardez l'humilité de Dieu
Regardez l'humilité de Dieu
Regardez l'humilité de Dieu
Et faites lui hommage de vos cœurs .

(Emmanuel Music, les petits
chanteurs de la croix de bois)

