

Parfume-toi la tête !

Heure d'adoration – bergers adoreurs

Introduction

Nous sommes dans le temps du Carême, un temps dans l'Évangile proposé pour le mercredi des Cendres, au tout début du Carême, Jésus nous dit : « quand tu jeûnes, parfume-toi la tête ! ». Autrement dit, le Carême, ce n'est pas un temps pour afficher une « face de Carême » ! Au contraire, en ce temps privilégié pour renouveler notre choix de suivre Jésus dans l'intimité de la prière, les renoncements d'amour et le partage joyeux, revêtons le doux et suave parfum de l'amour de Dieu. Que ce moment d'adoration aujourd'hui nous enveloppe de la bonne odeur du Christ !

Exposition du Saint-Sacrement



♫ Chant : *Jésus, Jésus (Communauté de l'Emmanuel)*

Seigneur Jésus, tu m'appelles aujourd'hui à ce temps d'intimité avec toi. Je veux accueillir ta présente vivante dans le Saint-Sacrement. Tu es là, maintenant, livré à mon regard, abandonné à mon amour ! Je prends un moment pour te contempler. Que l'Esprit Saint me donne un regard de foi et d'amour !

Silence pour contempler Jésus livré dans l'Hostie.

♫ Chant : *Je te donne tout (L. Dumont)*

Ensemble, laissons monter vers Jésus le parfum de nos louanges.

Louange d'adoration

- ♥ Ô Jésus, Sauveur et libérateur, **R/ Je t'aime et je t'adore**
- ♥ Ô Jésus, Bon Berger qui nous conduis **R/**
- ♥ Ô Jésus, Roi d'amour. **R/**
- ♥ Ô Jésus, Christ et Seigneur. **R/**
- ♥ Ô Jésus, Bien-Aimé de nos vies. **R/**
- ♥ Ô Jésus... ... **R/**

Silence d'intimité auprès du cœur de Jésus qui bat d'amour pour nous

Psaume (Ps 140, 1-5.8-9)

**Antienne : Que ma prière devant toi s'élève comme un encens,
et mes mains, comme l'offrande du soir !**

Seigneur, je t'appelle : accours vers moi !
Écoute mon appel quand je crie vers toi !

Que ma prière devant toi s'élève comme un encens,
et mes mains, comme l'offrande du soir.

Mets une garde à mes lèvres, Seigneur,
veille au seuil de ma bouche.

Ne laisse pas mon cœur pencher vers le mal
ni devenir complice des hommes malfaisants.
Jamais je ne goûterai leurs plaisirs :

que le juste me reprenne et me corrige avec bonté.
Que leurs parfums, ni leurs poisons, ne touchent ma tête !
Ils font du mal : je me tiens en prière.

Je regarde vers toi, Seigneur, mon Maître ;
tu es mon refuge : épargne ma vie !

Garde-moi du filet qui m'est tendu,
des embûches qu'ont dressées les malfaisants.

**Gloire au Père, au Fils et au Saint-Esprit,
Au Dieu qui est, qui était et qui vient
Pour les siècles des siècles. Amen !**

Reprendre à haute voix des mots du psaume qui me touchent spécialement aujourd'hui

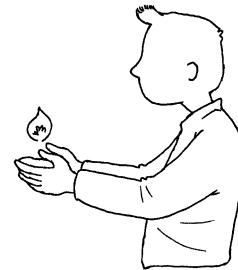
Temps de cœur à cœur avec Jésus

Possibilités de démarche

- *Réfléchir au parfum (lequel) je veux offrir à Jésus et à ceux qui m'entourent (le parfum de ma joie, le parfum de ma tendresse, le parfum de ma douceur, le parfum de mon accueil inconditionnel...)?*
- *S'approcher du Saint-Sacrement*
- *Chacun apporte un grain d'encens qu'il met sur le charbon brûlant dans l'encensoir*

♪ Chant : *Je veux n'être qu'à toi (Exo)*

♪ Chant : *Parfum de mon âme (Christine et Tonino)*



Intercession

Seigneur Jésus, nous ouvrons notre prière aux dimensions du monde. Enveloppe la terre entière de la bonne odeur de ton amour, de ta tendresse et de ta miséricorde !

♪ R/ Viens, Jésus tendresse pour la terre
(Les Brebis de Jésus, CD Entre dans la bergerie, piste 2 ou 3)

✚ Viens Jésus, tendresse pour les malades

✚ Viens Jésus, tendresse pour...

- les prisonniers
- les familles divisées
- les sans-abris
- les personnes qui pensent au suicide
- les parents qui attendent un enfant
- les prêtres
- ...



♪ R/ Viens, Jésus tendresse pour la terre

Prière du berger adorateur

Prière finale

Seigneur Jésus, en ce temps de Carême, rends-nous plus attentifs aux besoins des autres, plus forts dans nos décisions à faire le bien, plus fidèles dans l'accueil de ta Parole de Vie. Que nous répandions autour de nous ta bonne odeur, ô Christ. Toi qui vis avec le Père et le Saint-Esprit pour les siècles des siècles. **Amen !**

Bénédiction avec le **Saint-Sacrement** (si présence d'un prêtre ou d'un diacre)

Ou bien

♪ Chant : *Que le Seigneur te bénisse et te garde* (R. Pelletier - CD Entre dans la bergerie)

Reposition du Saint-Sacrement

Chant marial au choix ou *Je vous salue Marie*.