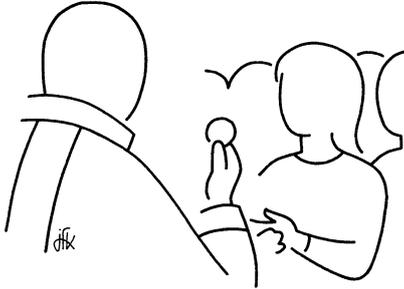


## Contacts

Vous êtes invités à reprendre cette feuille à la maison. Elle pourra nourrir votre méditation ou votre prière. Elle vous sera aussi disponible sur le site [www.collegiale.be](http://www.collegiale.be)

### A.R.D.O.R., ou comment prier après la communion



*Après avoir reçu Jésus Hostie au moment de la communion, nous prions afin de rendre grâce à Dieu. Les lettres ARDOR fournissent un simple mais néanmoins excellent guide de prière après la communion.*

Une ancienne tradition voit dans l'acrostiche A.R.D.O.R., qui signifie « ardeur » en latin, une manière facile et ordonnée d'adorer le Christ qui se donne dans l'Eucharistie. Il est également possible de suivre ces étapes de prière lors d'une adoration eucharistique.

#### **A comme Adoration**

A ce moment-là, chaque chrétien est invité à adorer Jésus présent en lui et à prendre conscience de la grandeur de Dieu, de son amour, de sa paix, de sa force, de sa gloire...

#### **R comme Remerciement**

Vient ensuite le moment de remercier Jésus pour ce don gratuit d'être présent, de venir habiter le cœur de celui ou celle qui vient de communier.

#### **D comme Demande**

Une fois que l'on est rempli de sa présence, on peut lui demander son aide, sa lumière, lui confier ses intentions de prière, les personnes que l'on aime, qui souffrent... Cette prière de supplication est aussi l'occasion de lui demander ce qu'Il attend de vous.

#### **O comme Offrande**

Dans un geste d'amour, le chrétien est appelé à offrir au Christ sa vie, ses joies, ses peines, ses bonnes actions, ses projets, tout ce qui lui tient à cœur...

#### **R comme Résolution**

Pour clore cette prière, on peut choisir un point concret sur lequel porter ses efforts pendant la semaine pour mieux vivre dans l'amour de Dieu et des autres.