

Enseignement n° 6
METTRE L'EUCCHARISTIE
AU CENTRE DE NOTRE VIE QUOTIDIENNE

INTRODUCTION

L'Eucharistie est la source et le sommet de la vie chrétienne. Il est plus important d'avoir une vraie vie eucharistique qu'une vie sexuelle épanouie. L'acte conjugal est le signe sensible d'une réalité divine qui la dépasse infiniment. L'Eucharistie est cette réalité divine déjà donnée à vivre d'une manière mystérieuse. Nous allons achever notre réflexion sur l'acte conjugal par une méditation sur l'Eucharistie ou, plus précisément, sur la manière d'en profiter pleinement. Cela devrait nous permettre de préciser la manière de vivre l'acte conjugal dans le Christ.

I. L'EUCCHARISTIE ET L'ABANDON À DIEU

1. La messe comme actualisation du sacrifice de la Croix

On peut distinguer deux aspects dans l'Eucharistie. Le sacrifice et la communion. Le sacrifice trouve son achèvement dans la communion. Le sacrifice de la messe est l'actualisation du sacrifice de la Croix. Dieu le Fils a prononcé pour nous sur la Croix le oui au Père que nous étions devenus incapables de prononcer. Il est allé jusqu'au bout de l'obéissance dans l'offrande de son corps pour nous purifier de toutes nos désobéissances. "**Il s'est offert** une seule fois **pour enlever les péchés de la multitude**" (Hb 9, 28) si bien que "nous sommes sanctifiés par l'oblation du corps de Jésus Christ une fois pour toutes" (Hb 10, 10). L'Eucharistie est "un sacrifice au sens propre"¹. Il est le sacrifice du Calvaire rendu présent, actualisé sous un mode sacramentel. Dans chaque Eucharistie, Jésus est là présent pour nous sanctifier "par l'oblation de son corps". Il se fait serviteur et nous lave les pieds. Telle est la

¹ Comme le souligne Jean-Paul II, « c'est assurément un don en notre faveur et même en faveur de toute l'humanité (cf. Mt 26, 28 ; Mc 14, 24 ; Lc 22, 20 ; Jn 10, 15), mais **c'est avant tout un don au Père** : "Sacrifice que le Père a accepté, échangeant le don total de son Fils, qui s'est fait obéissant jusqu'à la mort" (Ph 2, 8), avec son propre don paternel, c'est-à-dire avec le don de la vie nouvelle et immortelle dans la résurrection" (cf. R.H, 20) » (*Ecclesia de Eucharistia*, 13). C'est ce don total au Père qui nous sauve de la désobéissance du péché.

L'acte conjugal et la procréation

raison d'être du sacrifice : nous "restituer à Dieu"² en nous purifiant de nos péchés. Ainsi se renouvelle dans l'Eucharistie l'Alliance nouvelle et éternelle entre Dieu et l'humanité, dont le mariage est le signe. Notre participation à la messe consiste d'abord à nous **laisser sauver !**"³. **Nous nous tenons au pied de la Croix** avec Marie et nous recueillons dans et par la foi l'eau et le sang qui jaillissent du cœur du Christ⁴.

Mais Jésus ne veut pas seulement nous faire bénéficier de son sacrifice. Il veut aussi nous y associer intimement : "**La coupe que je vais boire, vous la boirez**, et le baptême dont je vais être baptisé, vous en serez baptisé." (Mc 10, 39)⁵. Pendant la messe, nous sommes ainsi appelés à nous **unir non seulement à l'intercession du Christ mais aussi à son offrande avec Marie**, étant "comme au pied de la Croix"⁶. En même temps que nous offrons le sacrifice du Christ, nous nous offrons nous-mêmes et toute notre vie en nous laissant entraîner mystérieusement dans la dynamique de l'offrande du Christ au Père, dans son mouvement d'abandon. « **L'Eucharistie nous attire dans l'acte d'offrande de Jésus.** »⁷ Notre vie devient ainsi eucharistique : « Je vous exhorte donc, frères, par la miséricorde de Dieu, à **offrir vos corps**⁸ en hostie vivante, sainte, agréable à Dieu : c'est là le culte spirituel que vous avez à rendre. » (Rm 1, 12). Laissons-le, nous sortir de nos vieux enfermements en nous-mêmes. Laissons-le, nous introduire dans une nouvelle manière d'aimer, qui fait de notre corps, de nos actions concrètes la matière d'un abandon toujours plus grand à Dieu.

2. La transformation de la vie conjugale en une vie eucharistique

Si le consentement des époux, qui fait le mariage, est vécu traditionnellement à l'intérieur de la messe, c'est pour que **le oui des époux l'un à l'autre soit porté par le oui du Christ à**

² Comme l'explique Jean-Paul II dans sa lettre sur le mystère et le culte de la sainte Eucharistie (n° 9) : "... en rendant présent cet unique sacrifice de notre salut, **l'homme et le monde sont restitués à Dieu** par la nouveauté pascale de la Rédemption". L'acte sacrificiel "**ramène les êtres à Dieu**" c'est-à-dire **les sanctifie**.

³ "Ivres de joie, vous **puiserez de l'eau aux sources du salut**" (Is 12, 3). **En allant à la messe, nous puisons à la source** puisque "c'est (...) principalement de l'Eucharistie, comme d'une source, que la grâce découle en nous" (cf. *Sacrosanctum Concilium*, 10)

⁴ Non seulement nous les recueillons pour notre propre sanctification, mais nous **les répandons sur les âmes** en déposant celles-ci au pied de l'autel dans une intercession pleine de foi. C'est de cette manière-là d'abord que le Royaume de Dieu peut s'étendre dans le monde : par une prière pleine de foi faite devant la Croix. Par là nous sommes unis à Celui qui est **mort sur la croix "en intercesseur"**(cf.CEC 1366) et qui demeure "toujours vivant pour intercéder en notre faveur" (Hb 7, 25). Toutes nos prières trouvent leur exaucement dans sa prière. Notre prière est comprise dans la sienne, forte de la sienne d'une manière particulière pendant la messe. Puisque le Christ nous unit à son intercession, unissons notre prière à la sienne, **prions en lui et par lui**. La prière eucharistique est la plus grande prière des chrétiens : "**Avançons-nous donc avec assurance vers le trône de la grâce** afin d'obtenir miséricorde et de trouver grâce pour une aide opportune" (Hb 4, 16) "dans la plénitude de la foi" (Hb 10, 21).

⁵ "**Le Christ veut associer à son sacrifice rédempteur ceux-là même qui en sont les premiers bénéficiaires**" (CEC 618). Il veut le faire, précisément, par le moyen de l'Eucharistie.

⁶ CEC 1370. Le catéchisme précise que "dans les catacombes, l'Église est souvent représentée comme une femme en prière, les bras largement ouverts en attitude d'orante. **Comme le Christ qui a étendu les bras sur la Croix, par Lui, avec Lui et en Lui, elle s'offre et intercède pour tous les hommes**" (n° 1368).

⁷ *Deus caritas est*, 13.

⁸ C'est-à-dire notre personne dans sa vie concrète.

son Père. Ils remettent ainsi leur fragile « Je te reçois comme époux et je me donne à toi » dans le « Père, en tes mains je remets mon esprit. » (Lc 23, 46) du Christ sur la Croix. Par leur participation fidèle à l'Eucharistie, c'est toute leur vie conjugale et, d'une manière particulière, leurs unions physiques qui se trouvent quotidiennement **portées par l'offrande du Christ** à son Père⁹. Les époux sont appelés en même temps à participer activement à cette transformation de leur vie en posant consciemment des actes d'offrande, de remise d'eux-mêmes entre les mains du Père. Le mariage est bien **le lieu privilégié d'un tel exercice** : la vie commune exige un continuel lâcher prise, une disposition permanente à renoncer à soi-même, à sa volonté propre pour se faire « tout à l'autre ». Vécue dans cet esprit d'abandon, leur vie conjugale et familiale revêt une valeur rédemptrice¹⁰.

Ces actes d'offrande d'eux-mêmes dans le concret de leur vie, les époux sont appelés à les poser dans la foi au Christ, en se laissant porter par lui. L'Eucharistie nous éduque à ne pas nous croire capables d'un don désintéressé de nous-mêmes. **Elle préserve du moralisme héroïque**, du don de soi volontariste qui, dans l'acte conjugal, conduit à l'impasse¹¹. Elle nous apprend à nous disposer humblement au don de l'amour véritable au lieu de « fabriquer » celui-ci. D'une manière particulière, l'homme doit se laisser éduquer par l'Eucharistie pour ne pas se laisser piéger par son vouloir aimer, vouloir montrer à l'autre son amour. Nous comprenons mieux ici pourquoi la vraie sortie de soi, l'extase du cœur, ne peut se réaliser que dans la reconnaissance de notre impuissance à aimer. Un autre doit nous saisir et nous entraîner dans son offrande.

3. L'Eucharistie comme école d'humilité et de passivité

« **Il faut être humble pour accepter que quelqu'un d'autre me libère de mon moi et me donne gratuitement en échange son soi.** »¹² L'Eucharistie apparaît ainsi comme une école d'humilité. Elle nous apprend à nous laisser aimer de l'amour premier de Dieu avant que de

⁹ On ne peut se donner totalement qu'à Dieu. Dieu seul peut être aimé jusqu'à un abandon inconditionnel de soi. C'est en s'abandonnant à Dieu que l'on peut se donner à l'autre d'une manière juste et vraie.

¹⁰ C'est ainsi qu'ils exercent leur sacerdoce baptismal : « En effet, ceux qu'il (le Christ) unit intimement à sa vie et à sa mission, il leur donne également part à son office sacerdotal pour qu'ils **exercent un culte spirituel, afin que Dieu soit glorifié et les hommes sauvés.** En conséquence, les laïcs voués au Christ et commis par l'Esprit-Saint sont admirablement appelés et merveilleusement pourvus, en sorte que les fruits de l'Esprit croissent toujours en eux en plus grande abondance. En effet, toutes leurs actions, leurs prières, leurs initiatives apostoliques, **leur vie conjugale et familiale**, leur travail journalier, leurs loisirs et leurs divertissements, s'ils sont vécus dans l'Esprit, et même les épreuves de la vie supportées avec patience **deviennent "des sacrifices spirituels agréables à Dieu par Jésus-Christ"** (I Petr. 2, 5); et ces sacrifices sont pieusement offerts au Père dans la célébration eucharistique avec l'oblation du Corps du Seigneur. De cette manière, les laïcs, en une sainte et universelle adoration, consacrent à Dieu le monde même. » (*Lumen Gentium*, 34).

¹¹ Notre secrète prétention à pouvoir aimer empêche notre cœur de s'ouvrir à l'autre.

¹² « Quelle est donc la justice du Christ ? C'est avant tout une justice née de la grâce où l'homme n'est pas sauveur et ne guérit ni lui-même ni les autres. (...) On comprend alors que la foi ne soit pas du tout quelque chose de naturel, de facile et d'évident : **il faut être humble pour accepter que quelqu'un d'autre me libère de mon moi et me donne gratuitement en échange son soi.** Cela s'accomplit spécifiquement dans les sacrements de la réconciliation et de l'eucharistie. Grâce à l'action du Christ, nous pouvons entrer dans une justice « plus grande », celle de l'amour (cf. Rm 13, 8-10). » (Benoît XVI, Message du carême 2010).

vouloir aimer. Elle nous rappelle que « l'homme ne peut pas non plus vivre exclusivement dans l'amour oblatif, descendant. Il ne peut pas toujours seulement donner, il doit aussi recevoir. Celui qui veut donner de l'amour doit lui aussi le recevoir comme un don. »¹³ Elle nous apprend à tourner notre regard vers « la source première et originaire qui est Jésus Christ, du cœur transpercé duquel jaillit l'amour de Dieu (cf. Jn 19, 34). (...) À partir de ce regard (tourné vers le côté ouvert du Christ), le chrétien trouve la route pour vivre et pour aimer. »¹⁴ **Dans cette réceptivité¹⁵ est l'humilité première du chrétien** qui fait que nous nous laissons effectivement sauver dans notre vie affective, notre vie relationnelle. L'amour véritable en nous est proportionné à l'humilité. C'est la raison pour laquelle il est si important de s'exercer à la réceptivité, dans la relation à Dieu et à l'autre. Là comme ailleurs, le fait de vivre les choses devant Dieu nous préserve des déviations possibles. Un libre mutuel « donner et recevoir » devient possible. Ainsi recevoir de la main de Dieu ce que l'autre nous donne évite toute forme de dépendance aliénante.

Dans cette humilité, elle nous **apprend aussi la passivité**. Le Christ est là présent et agissant et il nous murmure à notre cœur : « Laisse-moi faire et laisse-toi faire. Laisse-moi te laisser laver les pieds dans l'humble reconnaissance de ton incapacité à donner ta vie (déposer ton âme) pour tes amis. Laisse-moi te saisir et te faire passer vers le Père. Crois seulement. » La bonne passivité, la passivité aimante consiste, en effet, à **demeurer d'abord dans ce fiat continu**, cet humble consentement à un amour immérité, à l'amour pur et gratuit de Dieu. C'est là, en réalité, notre activité la plus haute. C'est cette passivité que les époux ont besoin de vivre au fond de leur cœur s'ils veulent que les gestes qu'ils échangent dans l'acte conjugal comme dans la vie quotidienne soient réellement des gestes mus et inspirés par l'amour. **Là est la vraie clairvoyance**, la vraie délicatesse, le vrai respect. Sinon on demeure dans un vouloir faire, un vouloir aimer qui empêche l'Esprit d'Amour de nous mener tant il est vrai que là où nous nous appuyons sur nos propres forces, il n'y a pas de place pour l'Esprit Saint.

II. L'EUCARISTIE ET L'ESPÉRANCE

1. La découverte progressive d'un trésor caché

« Sur la Croix, l'*éros* de Dieu se manifeste à nous. *Éros* est effectivement – selon l'expression du Pseudo-Denys – cette force “qui ne permet pas à l'amant de demeurer en lui-même, mais le pousse à s'unir à l'aimé”¹⁶. Existe-t-il plus “fol *éros*”¹⁷ que celui qui a conduit le Fils de

¹³ *Deus caritas est*, 7.

¹⁴ *Ibid.* 7 et 12.

¹⁵ Nous sommes appelés durant la célébration de l'Eucharistie à entrer dans cette réceptivité à travers des gestes concrets. C'est le symbolisme de l'âme épouse face au Dieu Époux qui est en jeu. C'est pourquoi, par exemple, l'Église est intervenue d'une manière très forte pour rappeler qu'il « **n'est pas permis aux fidèles “de prendre eux-mêmes la sainte hostie ou le saint calice**, encore moins de se les transmettre de main en main » et de même « **il n'est pas permis à celui qui reçoit la communion de tremper lui-même l'hostie dans le calice** » (*Redemptionis Sacramentum*, 94 et 104).

¹⁶ *De divinis nominibus*, IV, 13 : PG 3, 712.

Dieu à s'unir à nous jusqu'à endurer comme siennes les conséquences de nos propres fautes ? »¹⁸ **La Passion du Christ est une étreinte amoureuse** et l'Eucharistie porte cette étreinte à son achèvement en laissant le Christ ne faire qu'un seul Corps avec nous par le don de sa chair et de son sang en nourriture. **Il ne peut y avoir de don plus radical et d'union plus intime**¹⁹. « Celui qui mange ma chair et boit mon sang demeure en moi et moi en lui. » (Jn 6, 56). L'Eucharistie apparaît ici comme un trésor caché que nous sommes appelés à découvrir peu à peu comme l'expression de l'amour passionné de Dieu pour nous. Elle est **l'anticipation réelle de la vie du ciel**. Elle est la célébration du festin des noces de l'Agneau.

« Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi et qu'il boive, celui qui croit en moi ! » (Jn 7, 37). **Chacun profite de la communion eucharistique à la mesure de sa soif** comme pour la manne : chacun en recueillait selon ce qu'il pouvait manger²⁰. Là comme dans l'acte conjugal l'union est le fruit du désir. Et ce désir peut grandir. Notre cœur peut et doit être élargi d'abord par l'exercice de la prière qui exprime et nourrit l'espérance, mais aussi par la contemplation du mystère. La liturgie est là précisément pour permettre à tout fidèle de **se laisser fasciner par la beauté de ce mystère d'Amour** qui, par elle, est représenté, rendu sacramentellement visible²¹. Chaque Eucharistie est comme un cri qui retentit dans la nuit de ce monde : « **Voici l'Époux ! Sortez à sa rencontre !** » (Mt 25, 6). La parabole des vierges sages et des vierges folles est là pour nous faire comprendre que ce qui dépend de nous, c'est de nous préparer, de nous disposer à entrer dans la salle des noces. **Tous ne sont pas prêts à plonger** ou plutôt ne savent pas se préparer à plonger. Certains demeurent même comme indifférents et froids. L'analogie qui existe avec l'acte conjugal devrait nous être utile pour mieux comprendre comment nous disposer à plonger dans le mystère. L'Eucharistie est dans la continuité de notre journée comme l'acte conjugal s'inscrit à l'intérieur d'une vie conjugale qui est, ou non, tournée vers la communion. Là comme dans l'acte conjugal, il s'agit de **se désencombrer de ses soucis et de ne pas laisser non plus notre cœur s'alourdir dans des plaisirs superficiels**. « Tenez-vous sur vos gardes, de peur que vos cœurs ne s'appesantissent dans la débauche, l'ivrognerie, les soucis de la vie... » (Lc 21, 34). Dans les deux cas, il y a **une sobriété à cultiver pour se préparer à goûter la joie profonde de l'union**. Penser au conjoint comme penser à Jésus dans la journée, au lien qui nous unit à lui, à ce qu'il est pour

¹⁷ N. Cabasilas, *Vita in Christo*, 648.

¹⁸ Message du carême 2007.

¹⁹ « L'image du mariage entre Dieu et Israël devient réalité d'une façon proprement inconcevable : ce qui consistait à se tenir devant Dieu devient maintenant, à travers la participation à l'offrande de Jésus, participation à son corps et à son sang, devient union. La "mystique" du Sacrement, qui se fonde sur l'abaissement de Dieu vers nous, est d'une tout autre portée et entraîne bien plus haut que ce à quoi n'importe quelle élévation mystique de l'homme pourrait conduire. » (*Deus caritas est*, 13).

²⁰ Rappelons-nous les paroles de Benoît XVI : « L'homme a été créé pour une grande réalité – pour Dieu lui-même, pour être rempli de Lui. Mais son cœur est trop étroit pour la grande réalité qui lui est assignée. Il doit être élargi. » (*Spe salvi*, 33).

²¹ Comme l'a souligné Benoît XVI, la liturgie est faite pour être belle. C'est par sa beauté que le mystère resplendit à nos yeux et nous attire à lui : « **La beauté véritable est l'amour de Dieu**, qui s'est définitivement révélé à nous dans le mystère pascal. **La beauté de la liturgie fait partie de ce mystère**; elle est expression très haute de la gloire de Dieu et elle constitue, en un sens, le Ciel qui vient sur la terre. (...) Par conséquent, la beauté n'est pas un facteur décoratif de l'action liturgique; elle en est plutôt un élément constitutif, en tant qu'elle est un attribut de Dieu lui-même et de sa révélation. » (*Sacramentum caritatis*, 35).

nous en profondeur, c'est exciter notre désir de le recevoir, c'est se préparer à l'union des cœurs et des corps. C'est sortir de soi-même pour aller à la rencontre de l'autre.

2. L'Eucharistie comme sacrement de l'espérance

Inversement cet avant-goût du ciel qu'est l'Eucharistie fait de lui le sacrement de l'espérance²², le sacrement qui **nous rappelle quotidiennement la finalité ultime de notre vie**, là où se trouve la vraie vie. « Qui mange ma chair et boit mon sang a la vie éternelle » (Jn 6, 54). Elle nous remet dans l'axe. Elle nous tire vers le ciel. **Elle réveille en nous la nostalgie de Dieu**²³ et nous empêche de nous acclimater en ce monde comme si-là était la vraie vie. « Je t'ai contemplé au sanctuaire, j'ai vu ta force et ta gloire. Ton amour vaut mieux que la vie : tu seras la louange de mes lèvres. » (Ps 62 (63), 3-4). Elle nous rappelle quotidiennement notre vocation à la communion. **Elle nous préserve** non seulement de l'idolâtrie de l'amour possessif, mais aussi **de l'idolâtrie du travail**. Ce n'est pas pour rien que le dimanche est un jour de cessation de travail. Le détachement par rapport aux œuvres suppose l'expérience d'une autre joie que celle de la moisson. Sans l'Eucharistie, la réalité du Royaume c'est-à-dire de l'union à Dieu resterait quelque chose d'abstrait et de lointain. Nous avons besoin d'un Dieu concret et proche, un Dieu qui se laisse voir, contempler, toucher pour nous laisser fasciner par sa vérité, sa beauté et sa bonté. Comme nous l'avons vu, **l'Eucharistie resserre nos liens d'amitié avec le Christ**. Elle réveille et fortifie notre tendresse pour lui. Elle est le cœur d'une vraie relation d'amour avec le Christ.

3. L'action purificatrice de l'Eucharistie

Parce qu'elle réveille en nous le désir de la vie éternelle, elle « **réprime et modère l'ardeur des désirs de la chair** »²⁴. Elle nous rend ainsi « **capables de rompre les attachements désordonnés aux créatures** » (CEC 1394). L'espérance, en effet, quand elle est vive, possède une vertu purificatrice. En nous faisant brûler du désir de Dieu, elle éteint l'ardeur des passions de la chair²⁵. Elle accompagne les couples pour les aider à ne pas se complaire

²² « S'il est vrai que les sacrements sont une réalité qui appartient à l'Église qui chemine dans l'histoire vers la pleine manifestation de la victoire du Christ ressuscité, il est cependant tout aussi vrai que, spécialement dans la liturgie eucharistique, il nous est donné de **goûter l'accomplissement eschatologique** vers lequel tout homme et toute la création sont en chemin (cf. Rm 8, 19 s.). L'homme est créé pour le bonheur véritable et éternel, que seul l'amour de Dieu peut donner. Mais notre liberté blessée s'égarerait s'il n'était pas possible d'expérimenter dès maintenant quelque chose de l'accomplissement à venir. Du reste, tout homme a besoin, pour pouvoir cheminer dans la bonne direction, d'être orienté vers le but final. En réalité, cette fin ultime est le Christ Seigneur lui-même, vainqueur du péché et de la mort, qui se rend présent à nous de manière spéciale dans la célébration eucharistique. Ainsi, tout en étant encore, nous aussi, « des gens de passage et des voyageurs » (1 P 2, 11) dans ce monde, nous participons déjà dans la foi à la plénitude de la vie ressuscitée. Le banquet eucharistique, révélant sa dimension fortement eschatologique, vient en aide à notre liberté en chemin. » (*Sacramentum caritatis*, 30).

²³ C'est pourquoi plus on communie, plus on éprouve la soif de communier, si du moins on s'efforce en même temps de suivre un chemin de pénitence.

²⁴ Catéchisme du Concile de Trente, *Des sacrements*, chap. 20, §1

²⁵ « On ne peut douter non plus que l'eucharistie ne remette et pardonne les péchés légers, que l'on appelle ordinairement véniels. Tout ce que l'âme entraînée par l'ardeur de la concupiscence, a perdu de la vie de la Grâce en commettant des fautes légères, ce Sacrement nous le rend en effaçant ces

dans l'impureté, dans l'amour possessif. L'eucharistie apparaît ainsi comme « **la vraie manne** » (cf. Jn 6, 31-32) dont notre âme a besoin tout au long de son pèlerinage terrestre. Sans elle nous pourrions « défaillir en route » (Mt 15, 32) « par lassitude de nos âmes » (Hb 12, 3) dans le désert et la nuit de ce monde alors que « le chemin » est encore « long » (cf. 1 Roi 19, 17). L'eucharistie « **nous préserve des péchés mortels futurs** » (cf. CEC 1395). Elle est l'antidote du péché et notamment des péchés d'impureté. C'est pourquoi « le désir de Jésus-Christ et de l'Église de **voir tous les fidèles s'approcher tous les jours de la sainte table** a surtout cet objet : que tous les fidèles, unis à Dieu par l'effet du sacrement, y puisent la force de surmonter les passions, de se purifier des fautes légères quotidiennes et pour éviter les péchés graves, auxquels est sujette la faiblesse humaine »²⁶. C'est ce qui fait dire aussi à saint Augustin : « **Vous péchez tous les jours ; communiez tous les jours** » (cf. Epit., 118). Si nous voulons avancer sur le chemin de la sanctification, commençons par mettre l'Eucharistie au centre de notre vie quotidienne et **cultivons dans notre cœur « le désir constant du Sacrement de l'Eucharistie**. C'est ainsi qu'est née la pratique de la « communion spirituelle », heureusement répandue depuis des siècles dans l'Église et recommandée par de saints maîtres de vie spirituelle. Sainte Thérèse de Jésus écrivait : « Lorsque vous ne recevez pas la communion à la Messe que vous entendez, communiez spirituellement, c'est là une méthode très avantageuse [...] ; vous imprimerez ainsi en vous un amour profond pour notre Seigneur »²⁷

Conclusion : l'Eucharistie nous éduque à l'amour véritable et à la communion

L'Eucharistie nous rappelle que l'homme vit de relation. Dans l'union à Dieu et aux autres en Dieu est la vraie force et la vie. Elle nous dit **le primat de la communion sur l'action**. Nous sommes sans cesse tentés de prendre notre vouloir aimer pour l'amour lui-même. Nous oublions que l'amour véritable commence par une ouverture du cœur que nous ne pouvons pas réaliser par nous-mêmes. L'Eucharistie nous rappelle que nous sommes faits pour nous ouvrir et nous abandonner à l'amour du Père dans le Christ. Là est la première et véritable ouverture de cœur à partir de laquelle l'amour et la communion avec l'autre deviennent possible.

Les époux se retrouvent unis, comme nous l'avons déjà souligné, dans cette commune offrande de leur volonté au Père. Ils sont unis dans ce qu'il y a de plus intime en eux : leur oui, leur fiat à la volonté divine. Parce qu'ils sont ainsi réunis « au nom du Christ », celui est « là au milieu d'eux » selon sa promesse (cf. Mt 18, 20). Au-delà de leur différence de sensibilité et de culture, ils **se retrouvent dans une communion intime aux pensées et aux sentiments du Christ**. C'est lui qui fait leur unité, qui leur donne d'avoir en profondeur « les mêmes dispositions, le même amour, les mêmes sentiments » (cf. Ph 2, 2). Là où l'autre

petites fautes. De même aussi, (...) la nourriture corporelle répare peu à peu et nous rend ce que nous perdons tous les jours par l'effet de la chaleur naturelle. Ce qui fait dire si justement à S. Ambroise, parlant de ce céleste sacrement : « **Ce pain de chaque jour est un remède aux infirmités de chaque jour.** » Toutefois ceci ne s'applique qu'aux péchés « dont les sentiments et l'attrait n'émeuvent plus l'âme. » (*Ibid. Des sacrements*, chap. 20, §1)

²⁶ Paul VI, *Mysterium Fidei*, 71.

²⁷ *Ecclesia de Eucharistia*, 35.

L'acte conjugal et la procréation

n'entre pas dans ce mouvement d'abandon à Dieu, il faut accepter qu'il ne puisse pas y avoir de vraie communion spirituelle et unir sa souffrance à celle du Christ qui sur la Croix a porté le poids de nos résistances, de nos révoltes pour nous en libérer. C'est ainsi que **l'Eucharistie ne cesse de nous éduquer à l'amour véritable et à la communion dans toutes les circonstances de notre vie.**