



Adorazione Eucaristica

L'Eucaristia e la vita affettiva

a cura di Don Giordano Trapasso*

Introduzione

Siamo all'inizio di un tempo forte, di un tempo favorevole per la nostra conversione: la santa Quaresima. Come ogni anno all'inizio esso ci pone davanti a Gesù tentato per 40 giorni nel deserto. La prima delle tentazioni riferitaci da Matteo e Luca riguarda la fame, la possibilità di vivere per soddisfare i propri bisogni e soddisfare i propri appetiti, la possibilità di una vita di consumo e di assimilazione degli altri a sé: di a queste pietre che diventino pane! Il mangiare non riguarda solo un appetito fisico di cibo, ma è la fame profonda di affetto che ci costituisce e ci accompagna continuamente, l'ambito, la vita affettiva, in cui siamo più fragili ed esposti, la cui finalità possiamo tradire in mille modi. Non di solo pane vive l'uomo ma di ogni Parola che esce dalla bocca di Dio, ci ripete Gesù. La Parola di Dio ci sostiene per vivere la nostra affettività come la più preziosa energia a servizio dell'amore, ci illumina perché non consegniamo il nostro corpo all'impurità ma perché come corpo ci offriamo totalmente a Dio in Cristo nel servizio ai fratelli.

Invitatorio

Rit: Risanami, o Signore, ho peccato contro di Te

Beato l'uomo che ha cura del debole, nel giorno della sventura il Signore lo libera. Veglierà su di Lui il Signore, lo farà vivere beato sulla terra, non lo abbandonerà alle brame dei nemici. **Rit.**

Il Signore lo sosterrà sul letto del dolore; gli darai sollievo nella sua malattia. Io ho detto: «Pietà di me, o Signore, risanami, contro di Te ho peccato». I nemici mi augurano il male: «Quando morirà e perirà il suo nome?». **Rit.**

Chi viene a visitarmi dice il falso, il suo cuore accumula malizia e uscito fuori, parla. Contro di me sussurrano insieme i miei nemici, contro di me pensano il male: «Un morbo maligno su di lui si è abbattuto, da dove si è steso non potrà rialzarsi». **Rit.**

Anche l'amico in cui confidavo, anche lui che mangiava il mio pane, alza contro di me il suo calcagno. Ma Tu, Signore, abbi pietà e sollevami, che io li possa ripagare. Da questo saprò che tu mi ami, se non trionfa su di me il mio nemico. **Rit.**

Per la mia integrità
Tu mi sostieni, mi fai



stare alla tua presenza per sempre. Sia benedetto il Signore, Dio d'Israele, da sempre e per sempre. Amen, amen. **Rit.**

Canto

Esposizione Eucaristica

Invocazione allo Spirito Santo

Vieni in me, Spirito Santo, Spirito di sapienza: donami lo sguardo e l'udito interiore, perché non mi attacchi alle cose materiali, ma ricerchi sempre le realtà spirituali.

Vieni in me, Spirito Santo, Spirito dell'amore: riversa sempre più la carità nel mio cuore.

Vieni in me, Spirito Santo, Spirito di verità: concedimi di pervenire alla consapevolezza della verità in tutta la sua pienezza.



Vieni in me, Spirito Santo, acqua viva che zampilla per la vita eterna: fammi la grazia di giungere a contemplare il volto del Padre nella vita e nella gioia senza fine (S. Agostino).

Meditazione silenziosa

Canone: *Il Signore è la mia forza ed io spero in Lui. Il Signor è il Salvator, in lui confido non ho timor, in lui confido non ho timor (2v).*



Proclamazione della Parola di Dio

(1 Cor 11,23-25)

Poiché io ho ricevuto dal Signore ciò che vi ho anche trasmesso: che il Signore Gesù, nella notte in cui fu tradito, prese del pane, e, dopo aver reso gra-

zie, lo spezzò e disse: «Prendete, mangiate; questo è il mio corpo che è spezzato per voi; fate questo in memoria di me». Parimenti, dopo aver cenato, prese anche il calice, dicendo: «Questo calice è il nuovo patto nel mio sangue; fate questo ogni volta che ne bevete in memoria di me».

Meditazione silenziosa

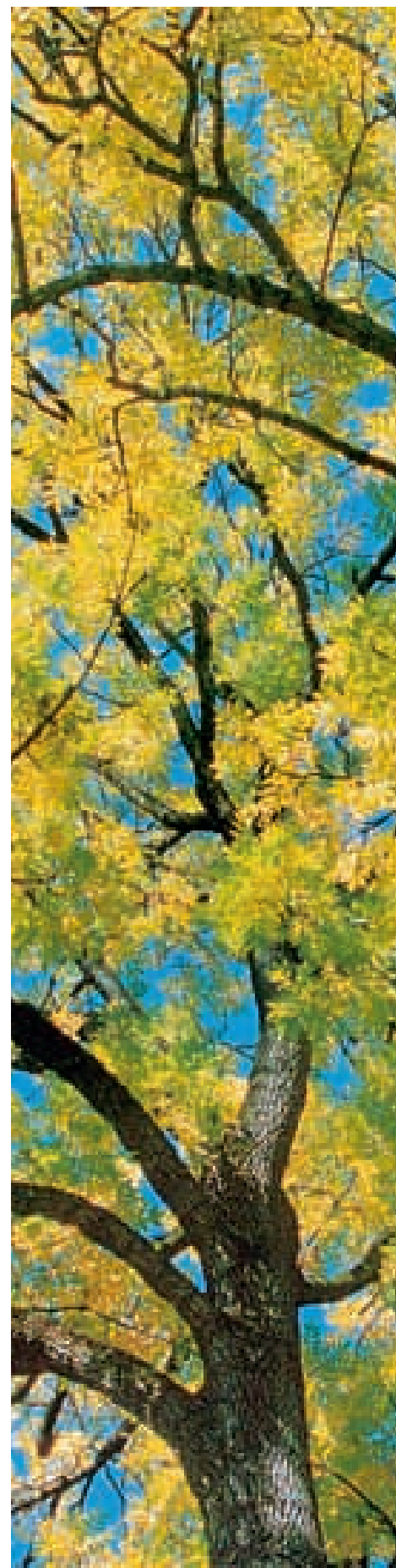
Riflessione

Aiutami, Padre, a contemplare la grandezza del tuo Amore che si rinnova ogni volta che in memoria di tuo Figlio Gesù Cristo celebriamo il sacrificio eucaristico, Amore che rimane con noi nel pane consacrato per noi esposto. Il tuo amore è prima di tutto il tuo **essere con noi**: non sei stato per il tuo popolo un Dio lontano, inaccessibile, impossibile da trovare. Ti sei fatto vicino, hai condotto il tuo popolo fuori dalla schiavitù dell'Egitto, hai camminato insieme a lui nel deserto, gli hai continuamente



rivolto parole di tenerezza, lo hai attratto a Te con vincoli di amore, eri per Lui la nube luminosa che lo precedeva, ti manifestavi nella tua gloria che scendeva sulla Tenda del Convegno. Hai scelto Davide tuo servo come re e quando egli ti ha manifestato il desiderio di costruirti un tempio, gli hai ricordato che Tu non hai bisogno di una casa, ma che Tu ami stare dove vive e cammina l'uomo, Viandante con lui, condividendo la sua precarietà. Semmai Tu doni una casa ed un futuro all'uomo. Lo stesso tempio poi costruito sarà il segno più grande del tuo essere con il tuo popolo, casa di preghiera dove sei disponibile all'ascolto di chi ti invoca. Ma quando il tuo tempio viene distrutto e il tuo popolo deportato, non esiti a porre la tua gloria con il tuo popolo, in terra di esilio. Nella pienezza dei tempi **il tuo Figlio si è fatto uomo: è l'Emmanuele, il Dio con noi in quanto uno di noi.** Tutto ha condiviso con noi, in tutto si è fatto simile a noi eccetto il peccato anche se ha voluto sperimentare l'inferno, l'estrema solitudine e abbandono sulla croce. Nella sera in cui Egli veniva tradito e sul Calvario Egli ci ha mostrato fin dove si spinge il suo e il tuo amore per noi: **dall'essere con noi all'essere per noi.** Nell'Eu-

caristia Egli consegna il suo corpo per noi, versa il suo sangue per noi e per la moltitudine di coloro che, guardandolo trafitto, crederanno. Nell'abisso dell'estrema impotenza, inchiodato sulla croce Egli è totalmente per noi, corpo, sangue, anima, divinità, pensieri, affetti, energie. Il frutto più importante della Pasqua è il Tuo Spirito, lo Spirito con cui hai resuscitato tuo Figlio, lo Spirito dell'amore, che dona la vita. A Pentecoste è sceso sugli Apostoli così come è sceso su di noi per renderci capaci di amare come Tuo Figlio Gesù e di sperimentare che l'amore vince la morte e l'inferno. Grazie Padre, perché sei sempre con me, grazie Signore Gesù perché sei sempre per me e per tutti, grazie Spirito Santo, forza dell'amore in me. Spirito Santo, conducimi a fare sempre memoria del sacrificio di Cristo, nella liturgia e nella vita: aiutami ad essere con gli altri, dalle persone a me più vicine con cui vivo, lavoro, collaboro a quelle che non mi scelgo ma mi fai incontrare "per caso", spingimi ad ascoltare e condividere gioie e dolori, fatiche



e speranze. Soprattutto aiutami ad essere per gli altri, a donare tutto di me, a morire a me stesso, a rinnegare me stesso quando l'amore mi chiama alla sofferenza, quando il servizio mi chiede di mettere le esigenze e i tempi degli altri prima dei miei, quando il perdono mi chiede di dimenticare l'offesa ricevuta e di ridare fiducia a chi mi ha ferito.

Ti prego per i giovani, Signore Gesù, perché orientino la loro sessualità all'offerta totale di sé e custodiscano il proprio corpo come tempio dello Spirito Santo.

Silenzio

Canone: *Il Signore è la mia forza ed io spero in Lui. Il Signore è il Salvator, in lui confido non ho timor, in lui confido non ho timor (2v).*

“Se ti potessi far conoscere ciò che Gesù a me fa sentire! E' Egli, Egli stesso che m'istruisce e mi insegna a divenir piccola. Nel raccoglimento più intenso della Santa Quaresima, nella preghiera Gesù mi fa sentire di più la sua voce, m'insegna facendomi conoscere sempre più come l'amore sia tutto ed infondendomi questo nel cuore, per cui mi sento ogni giorno più attratta

e presa da questo amore che mi arde e consuma. Dall'intensità sempre più crescente di questo amore ben puoi immaginare però come ne derivi un dolore ed un'angoscia sempre più intensa nel sentirlo offeso, non compreso, disprezzato da coloro specialmente che più amo e mi sono a cuore. Nell'ultima mia ti dicevo che amavo il nido tenebroso della nostra famiglia e l'amo, sì, te lo ripeto; ma non per questo devi credere ch'io in esso goda ... Oh, Peppina, no! Mi sento momento per momento trafitta da mille spine per le offese che papà e mamma recano al Signore; benché lontana sento risuonarmi all'orecchio i brutti insulti che papà rivolge a Dio e anche ora mi escono le lacrime. A mano a mano che l'amore per il Signore cresce in me, cresce il martirio; ma pur chiedo che questo amore mi bruci e questo martirio mi consumi per riparare, e amo tuffarmi in esso per offrirmi in olocausto al Signore, perché trionfi e sia amato” (Venerabile Paola Renata Carboni, Lettera alla sorella Peppina).





Silenzio

Canone: *Il Signore è la mia forza ed io spero in Lui. Il Signor è il Salvator, in lui confido non ho timor, in lui confido non ho timor (2v).*

Preghiera comunitaria

Esaltiamo la Provvidenza di Dio, che conosce le nostre necessità, ma che vuole che cerchiamo anzitutto il suo Regno. Perciò rinnoviamo la nostra adesione alla divina paternità e diciamo:

Venga il tuo Regno e la tua giustizia, Signore

- Padre santo, che ci hai dato il tuo Figlio come pastore e guida delle nostre anime, assisti i pastori e le comunità che hai loro affidate, perché non manchi al gregge la sollecitudine del pastore e al pastore la docilità del suo gregge, **preghiamo.**
- Cristo Gesù, sostieni gli sposi cristiani nell'amarsi ogni giorno secondo la misura che Tu ci affidi ogni volta che celebriamo l'Eucaristia, **preghiamo.**
- Spirito Santo, suscita per i giovani e i fidanzati testimoni credibili e gioiosi della castità come forza e custodia dell'amore, **preghiamo.**

- Cristo, venuto a noi come servo, spingi le nuove generazioni a sperimentare la bellezza dell'amore nel servizio ai più poveri, **preghiamo.**

- Padre di ogni consolazione, aiutaci ad essere sempre con i nostri malati e sofferenti, **preghiamo.**

Padre Nostro...

Preghiamo:

Accompagna con la tua benevolenza, Padre misericordioso, i passi del nostro cammino penitenziale, perché all'osservanza esteriore corrisponda un profondo rinnovamento dello spirito. Per Cristo nostro Signore.

Tutti: Amen

Canto

A questo punto o si ripone l'Eucaristia con un canto adatto oppure se c'è la presenza di un sacerdote o di un diacono si può dare la Benedizione eucaristica seguendo il "rito dell'esposizione e della benedizione" (cfr Rito della comunione fuori della Messa e culto eucaristico, pp. 82-85)

***Direttore Istituto Superiore
Scienze Religiose, Fermo**

Per meditare e pregare ogni giorno con le letture quotidiane, in particolare in questo periodo di Quaresima, vi consigliamo di visitare il sito **www.vangeloacolazione.it**, oppure puoi richiedere il libro alla Direzione.