



## ADORAZIONE EUCARISTICA

# “Davanti all’Eucaristia contemplando l’umiltà di Dio”

a cura delle **Monache Clarisse di San Severino Marche**

**Guida:** Il mese di dicembre è incentrato sul mistero del Natale che attendiamo nel tempo di Avvento e che celebriamo con gioia e solennità, gustando la presenza del Dio-con-noi. Con questo momento di adorazione, guidati dalla Parola di Dio e dall’esempio di Francesco d’Assisi, ci prepariamo al Natale attraverso il viaggio della nostra preghiera che ci condurrà a contemplare la nascita del Signore a Betlemme, la grotta di Greccio e la profondità del nostro cuore, chiamato ad accogliere la venuta del Signore.

### **Canto di esposizione**

#### **Adorazione silenziosa**

**Voce:** *“O umiltà sublime! O sublimità umile, che il Signore dell’universo, Dio e Figlio di Dio, si umili a tal punto da nascondersi, per la nostra salvezza, sotto poca apparenza di pane!*

*Guardate, fratelli, l’umiltà di Dio, e aprite davanti a Lui i vostri cuori; umiliatevi anche voi, perché siate da Lui esaltati. Nulla, dunque, di voi trattenete per voi, affinché tutti e per intero vi accolga Colui che tutto a voi si offre”.*

**Guida:** Con le parole di Francesco d'Assisi ci immergiamo nella preghiera e apriamo il cuore alla contemplazione del mistero dell'Incarnazione, in cui risplende l'umiltà di Dio e il suo amore per l'umanità. Entriamo nelle profondità del grande mistero di Gesù Cristo, Dio fatto uomo per la nostra salvezza, lasciandoci guidare dalle parole della Scrittura e dalla luce dello Spirito Santo, che abita nei nostri cuori e parla nel silenzio.

**Solista** Cristo Gesù, nostro Signore tu non considerasti un tesoro geloso l'essere come Dio, ma nascendo uomo da madre vergine, della tua divina regalità ti spogliasti, per vestire gli abiti del servo per amore, divenendo così, simile a noi uomini.

**Tutti** **Egli è l'immagine del Dio invisibile.  
Primogenito della creazione.  
Tutte le cose sono create in lui,  
nei cieli e sulla terra, quelle visibili  
e quelle invisibili.**

**Solista** Con l'umiltà esercitasti la tua maestà e dell'obbedienza al Padre, fino alla fine, facesti la più grande virtù. Per questo sii esaltato sopra ogni umano e ogni cosa, e ogni ginocchio si pieghi e ogni orgoglio si prostri innanzi al tuo santo nome.

**Tutti** **Egli è prima di tutto e tutto vive in lui Egli è  
il capo del corpo, il capo della Chiesa.**

**Solista** Tu sei il Messia, l'Unto con olio di esultanza il Sacerdote eterno, alla maniera di Melchisedek.

Cristo Re dell'universo, per noi hai operato il mistero dell'umana redenzione; e hai assoggettato al tuo potere tutte le creature. Il tuo è un regno di verità e di vita, un regno di santità e di grazia, un regno di giustizia, di amore e di pace. È un regno eterno e universale.

**Tutti** Egli è il principio, egli è il Signore di tutte le cose. Piacque al Padre che in lui fosse la pienezza perché tutto si riconciliasse in lui, sulla terra e nei cieli.

## Silenzio

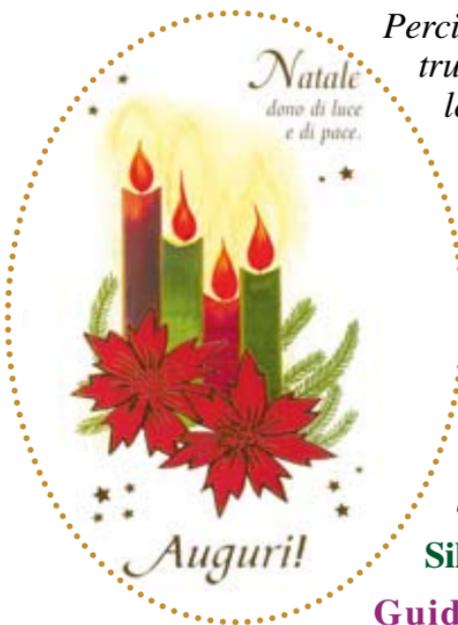
### La Parola di Dio: Betlemme

**Guida:** Pane della vita disceso dal cielo, Parola fatta carne per la vita del mondo, carne e sangue offerti a noi per la vita eterna, parole che sono spirito e vita: ecco il mistero di Dio rivelato in Gesù Cristo, un mistero di amore e dono che ci coinvolge e ci affascina. Parola fatta carne, parola fatta pane: lasciamoci conquistare dalla dolce presenza del Signore, ascoltiamo la sua Parola, lasciamoci illuminare e guidare dalla profezia del profeta Michea che ci prepara alla natività di Cristo. Immergiamoci poi nel silenzio per gustare la voce del Signore che parla nel profondo dei nostri cuori.

### *Dal libro del profeta Michea (5,1-4)*

*«E tu, Betlemme di Èfrata, così piccola per essere fra i villaggi di Giuda, da te uscirà per me colui che deve essere il dominatore in Israele; le sue origini sono dall'antichità, dai giorni più remoti.*

*Perciò Dio li metterà in potere altrui fino a quando partorirà colei che deve partorire; e il resto dei tuoi fratelli ritornerà ai figli d'Israele. Egli si leverà e pascerà con la forza del Signore, con la maestà del nome del Signore, suo Dio. Abiteranno sicuri, perché egli allora sarà grande fino agli estremi confini della terra. Egli stesso sarà la pace!».*



### **Silenzio prolungato**

**Guida:** Da tutte le più piccole Betlemme della terra continua, Signore, a nascere e a rinascere, dalle più desolate grotte e periferie, dove è difficile credere e devastata è anche la natura, fai sorgere, Signore, la tua luce e la tua presenza. Vieni, Signore, vieni e trasforma il nostro mondo in terra feconda d'amore. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

**Tutti** Amen.

## *L'esempio di Francesco d'Assisi: Greccio*

**Guida:** La Parola del Signore ci ha condotto a Betlemme, piccolo e dimenticato luogo nel quale si apre uno spiraglio di luce e di speranza che squarcia le tenebre del male e dell'ingiustizia. Da lì ci raggiunge un annun-

cio gioioso, ci inonda la pace che solo il Signore Gesù può offrirci: cresce in noi il desiderio della sua venuta. Accogliamo ora l'esempio di Francesco d'Assisi: le Fonti ci raccontano che amava il Natale più di tutte le altre feste e che *“soprattutto l'umiltà dell'incarnazione e la carità della passione aveva impresse così profondamente nella memoria che difficilmente voleva pensare ad altro”*. Ascoltiamo il racconto dell'episodio di Greccio, entriamo nell'atmosfera creata dalla sensibilità di Francesco e lasciamoci coinvolgere e interrogare dalla sua fede semplice e grande.

## Dalle Fonti Francescane

Francesco meditava continuamente le parole del Signore e con acutissima attenzione non ne perdeva di vista le opere. Ma soprattutto l'umiltà dell'Incarnazione e la carità della Passione aveva impresse così profondamente nella memoria che difficilmente voleva pensare ad altro.

A questo proposito dobbiamo raccontare, quello che realizzò tre anni prima della sua gloriosa morte, a Greccio, il giorno del natale di nostro Signore Gesù Cristo. C'era in quella contrada un uomo di nome Giovanni, di buona fama e di vita anche migliore, ed era molto caro al beato Francesco perché, pur essendo nobile e molto onorato nella sua regione, stimava più la nobiltà dello spirito che quella della carne. Circa quindici giorni prima della festa della Natività, il beato Francesco lo fece chiamare e gli disse: “Se vuoi che celebriamo a Greccio l'imminente festa del Si-

gnore, precedimi e prepara quanto ti dico: vorrei fare memoria di quel Bambino che è nato a Betlemme, e in qualche modo vedere con gli occhi del corpo i disagi in cui si è trovato; come fu adagiato in una mangiatoia e come giaceva sul fieno tra il bue e l'asinello". Appena l'ebbe ascoltato, quell'uomo buono e fedele se ne andò sollecito e approntò, nel luogo designato, tutto secondo il disegno esposto dal santo.

E giunge il giorno della letizia, il tempo dell'esultanza! Per l'occasione sono qui convocati frati da varie parti; uomini e donne del territorio preparano festanti, ciascuno secondo le sue possibilità, ceri e fiaccole per rischiare quella notte, che illuminò con il suo astro scintillante tutti i giorni e i tempi. Arriva alla fine il santo di Dio e, trovando che tutto è stato predisposto, vede e se ne rallegra. Si accomoda la greppia, vi si pone il fieno e si introducono il bue e l'asinello. In quella scena si onora la semplicità, si esalta la povertà, si loda l'umiltà. Greccio è divenuto come una nuova Betlemme.

Questa notte è chiara come pieno giorno e deliziosa per gli uomini e gli animali! La gente accorre e si allieta di un gaudio mai assaporato prima, davanti al rinnovato mistero. La selva risuona di voci e le rupi echeggiano di cori festosi. Cantano i frati le debite lodi al Signore, e la notte sembra tutta un sussulto di gioia. Il santo di Dio è lì estatico di fronte alla mangiatoia, lo spirito vibrante di compunzione e pervaso di gaudio ineffabile. Poi viene celebrato sulla mangiatoia il solenne rito della messa e il sacerdote assapora una consolazione mai gustata prima.

Francesco si veste dei paramenti diaconali, perché era diacono, e canta con voce sonora il santo Vangelo: quella voce forte e dolce, limpida e sonora è un invito per tutti a pensare alla suprema ricompensa. Poi parla al popolo e con parole dolcissime rievoca il neonato Re povero e la piccola città di Betlemme. Spesso, quando voleva pronunciare Cristo con il nome di Gesù, infervorato d'immenso amore, lo chiamava «il Bambino di Betlemme», e quel nome «Betlemme» lo pronunciava come il belato di un pecora, riempiendosi la bocca di voce e ancor più di tenero affetto. E ogni volta che diceva «Bambino di Betlemme» o «Gesù», passava la lingua sulle labbra, quasi a gustare e deglutire tutta la dolcezza di quella parola.

Vi si moltiplicano i doni dell'Onnipotente, e uno dei presenti, uomo virtuoso, ha una mirabile visione. Vide nella mangiatoia giacere un fanciullino privo di vita, e Francesco avvicinarlisi e destarlo da quella specie di sonno profondo. Né questa visione discordava dai fatti perché, a opera della sua grazia che agiva per mezzo del suo santo servo Francesco, il fanciullo Gesù fu risuscitato nei cuori di molti, che l'avevano dimenticato, e fu impresso profondamente nella loro memoria



amorosa. Terminata quella veglia solenne, ciascuno tornò a casa sua pieno di ineffabile gioia.

## Silenzio

Canone: Questa notte non è più notte davanti a te, il buio come luce risplende! (2v).

**“Vorrei fare memoria di quel Bambino che è nato a Betlemme”**. L’episodio di Greccio ci racconta un’esperienza di fede concreta e coinvolgente: Francesco vuole vedere, non si accontenta di riflettere o di pensare. La conseguenza di questo desiderio che conduce alla rappresentazione concreta del mistero del Natale sarà il coinvolgimento di persone e natura. Nella scena di Greccio, Francesco convoca intorno a Gesù tutto l’universo: persone, animali, luce. Tutti i personaggi si muovono, si mettono in cammino: gli abitanti della valle, i frati, gli astri del cielo, tutto è coinvolto attorno al Signore che viene, come si nota anche nella narrazione evangelica della nascita di Gesù che inizia con il riferimento al decreto sul censimento di tutta la terra. Da questo punto di partenza vastissimo, siamo invitati a concentrare progressivamente lo sguardo, come con uno zoom: dall’orizzonte di tutto l’universo e di tutta la terra siamo condotti a Betlemme, “città del pane”. La concentrazione ha raggiunto il suo punto massimo e ci conduce di fronte ad un evento: si compiono per Maria i giorni del parto e dà alla luce suo figlio, lo avvolge in fasce e lo pone in una mangiatoia. È questa scena meravigliosa che Francesco fa preparare a Greccio perché vuole vedere con i propri occhi la povertà e l’umiltà del Figlio di Dio. Egli cercò di creare la suggestione di un

ambiente che permettesse un incontro reale con il Gesù eucaristico, accolto nella povertà di una grotta, proprio come a Betlemme. A volte viviamo un cristianesimo privo di cuore, senza il coinvolgimento dei sentimenti e della totalità di noi stessi, a volte viviamo liturgie e momenti di preghiera senza quella partecipazione che ci permette di lasciarci trasformare dalla Parola e dalla grazia del Signore.



Francesco ci insegna una fede concreta, profonda, che coinvolge tutta la persona nei suoi sensi, nelle emozioni, nei sentimenti, nella mente, nel cuore, conducendo all'incontro vero con Gesù Cristo.

**Canone: Questa notte non è più notte davanti a te, il buio come luce risplende! (2v).**

***“Greccio è divenuto come una nuova Betlemme”.***

La celebrazione di Greccio non si ferma al piano emotivo, ma è momento sacramentale, è veicolo della grazia del Signore e della sua presenza eucaristica, che per Francesco è essenziale ed esprime il prolungamento della dinamica dell'Incarnazione. Il messaggio che Francesco vuole dare agli abitanti di Greccio è il legame tra la venuta di Gesù nella mangiatoia di Betlemme e la sua venuta sacramentale sull'altare eucaristico. L'originalità della celebrazione di Greccio sta proprio

nel tradurre, in forme semplici, visibili e alla portata di tutti, il mistero della nascita di Gesù nel mistero sacramentale dell'Eucaristia. Uno dei segni su cui Francesco focalizza l'attenzione è la mangiatoia: è davanti ad essa che si ferma rapito ed è su di essa che fa celebrare l'Eucaristia. Cosa significa la mangiatoia? Essa ha un significato profondo: "Questo per voi il segno", dirà l'angelo ai pastori, "il bambino giace in una mangiatoia", cioè questo Bambino è lì, come un pane, nutrimento per gli uomini. Egli nasce come pane per gli uomini, nasce nella *città del pane*, pronto ad essere consumato. Nasce nella città di Betlemme, città regale, ma la sua regalità è espressa in modo paradossale: è una regalità conquistata a prezzo del dono della vita, del suo corpo dato per tutti. Nell'Incarnazione Francesco vede soprattutto l'annientamento del Signore, un movimento di discesa e di amore che il Figlio di Dio, lasciando la sua gloria divina, ha compiuto per farsi uomo povero tra gli uomini, cioè per farsi nostro fratello. È questo che affascina e conquista Francesco: il mistero dell'umiltà di Dio che si manifesta nell'Incarnazione e si prolunga nell'Eucaristia, come scrive nella prima Ammonizione: *"Ecco, ogni giorno Egli si umilia, come quando dalla sede regale discese nel grembo della Vergine; ogni giorno Egli stesso viene a noi in apparenza umile; ogni giorno discende dal seno del Padre sull'altare nelle mani del sacerdote. E come ai santi apostoli si mostrò nella vera carne, così anche ora si mostra a noi nel pane consacrato. E come essi con la vista del loro corpo vedevano soltanto la carne di Lui, ma, contemplandolo con occhi spirituali, credevano che Egli era lo stesso Dio, così an-*

*che noi, vedendo pane e vino con gli occhi del corpo, dobbiamo vedere e credere fermamente che è il suo santissimo corpo e sangue vivo e vero. E in tal modo il Signore è sempre con i suoi fedeli, come Egli stesso dice: «Ecco, io sono con voi sino alla fine del mondo»».*

**Canone: Questa notte non è più notte davanti a te, il buio come luce risplende! (2v).**

***“Ciascuno tornò a casa sua pieno di ineffabile gioia”.***

A Greccio Francesco fa rappresentare la scena descritta dal vangelo e con le sue parole piene di passione, aiuta il popolo a contemplare *“Gesù Cristo nostro Signore che con infinito amore ha dato se stesso per noi”*. Fran-



cesco coinvolge gli abitanti di Greccio e ciascuno di noi a non dimenticare che è *per noi* che questo bambino è inviato dall'alto. È questa la motivazione e la sorgente della gioia piena, traboccante che avvolge la notte di Greccio e il cuore delle persone. Nell'Eucarestia, nella povertà della grotta di Greccio, nelle parole colme di dolcezza di Francesco, ciascuno può

vedere e gustare l'umiltà di Dio. Ma che cos'è l'umiltà di Dio per Francesco? Essa è semplicemente il nome dell'amore di Dio per gli uomini, quell'amore che ha sempre la sua fonte nel Padre Altissimo e che si manife-

sta nella discesa del Figlio verso l'uomo, cioè nell'Incarnazione. L'umiltà secondo Francesco non è prima di tutto, come si pensa comunemente, un atteggiamento virtuoso. Essa è, alla radice, un atto di Dio, un atto del Padre mediante il quale egli fa dono di sé all'uomo nell'Incarnazione di suo Figlio. Tutta la vita di Gesù, nella sua povertà e nel suo nascondimento, è una manifestazione di questo amore umile che vive in Dio e che si abbassa a servire l'umanità. L'umiltà dell'uomo, perciò, sarà l'atto con cui egli si spoglia di se stesso per offrirsi all'amore di Dio, il dono di sé in risposta all'iniziativa dell'amore divino: *“nulla dunque trattenete per voi, affinché vi accolga nella vostra totalità colui che a voi si dà tutto”*. Francesco ha compreso che la risposta concreta all'amore generoso con cui Dio l'ha amato, consiste nella conformazione all'umiltà e povertà che il Signore nostro Gesù Cristo ha scelto per sé fin dal momento della sua nascita.

**Canone:** Questa notte non è più notte davanti a te, il buio come luce risplende! (2v).

## Silenzio

### La nostra risposta: il cuore

**Guida:** L'episodio di Greccio termina con il gioioso racconto dell'abbondanza di doni che ognuno riceve nel suo cuore: *“il bambino Gesù fu risuscitato nei cuori di molti, che l'avevano dimenticato, e fu impresso profondamente nella loro memoria amorosa”*. Il viaggio della nostra preghiera giunge allora nel profondo del cuore: il fascino dell'episodio di Greccio non sta nell'aver ripro-

dotto la scena di Betlemme, ma nell'aver mostrato con quale cuore si accoglie la venuta del Signore Gesù. Ogni celebrazione, ogni momento di preghiera, hanno la finalità di far nascere Cristo dentro di noi, ogni celebrazione ci fa incontrare realmente Cristo e risveglia in noi l'amore per il Signore, il sì generoso alla sua chiamata. Nel mistero del Natale, nell'Eucaristia che abbiamo davanti, contempliamo Dio che si fa corpo e storia per noi: col nostro corpo e la nostra storia, con il servizio e la dedizione, siamo chiamati a rispondere al suo dono per entrare in quell'abbraccio che è desiderio di Dio e anelito profondo di ogni cuore umano. Invochiamo insieme la sua venuta in noi e nella storia dell'umanità intera.

*Sac.* Vieni, Signore Gesù.

*Tutti* **Vieni presto a salvarci.**

*Let.* Vieni, Signore Gesù, compimento di ogni profezia, speranza esaudita degli antichi oracoli.

*Tutti* **Vieni presto a salvarci, atteso dalle genti.**

*Let.* Mirabile è l'opera da te compiuta, Signore Gesù, dalla schiavitù del peccato e della morte ci hai elevati alla gloria di proclamarci stirpe eletta, regale sacerdozio, gente santa, popolo di tua conquista.

*Tutti* **Questo hai compiuto perché annunziassimo al mondo la potenza del Padre, Tu che dalle tenebre ci hai chiamati allo splendore della sua luce.**

*Let.* Al tuo primo avvento nell'umiltà della nostra natura umana portasti a compimento le promesse antiche e ci hai aperto la via dell'eterna salvezza.

*Tutti* **Verrai di nuovo nello splendore della tua gloria, e ci chiamerai a possedere il regno promesso che ora osiamo sperare vigilanti nell'attesa.**

*Sac.* Maranathà! Vieni, Signore Gesù.

*Tutti* **Maranathà! Vieni presto a salvarci.**

**Guida:** Il Signore ci conceda di attendere nella vigilanza e nella fedeltà la sua venuta. Quando verrà non trovi i nostri cuori addormentati, ma intenti con gioia alla sua lode e al suo servizio. Invochiamo il Signore con la preghiera che Lui ci ha insegnato: **Padre nostro...**



**Guida:** Signore Dio, il nostro cuore attende il compimento delle tue promesse e la terra intera anela la tua salvezza: manda tuo Figlio, il Messia Gesù e non tardare più perché lui solo è la nostra speranza, benedetto con te e lo Spirito Santo ora e sempre, nei secoli dei secoli.

**Tutti: Amen.**

**Benedizione**

**Canto finale**