

Maria: la beatificazione di Alberto Marvelli e la prima delle tre consegne affidate dal Papa all’Azione Cattolica: **la contemplazione**. La beatificazione di Alberto Marvelli mi ha spinto a leggere il suo Diario che inizia con il pensiero scritto all’età di 15 anni: «*Dio è grande, infinitamente grande, infinitamente buono.*» Più avanti si legge: «*Una meta mi sono prefisso, di raggiungere ad ogni costo con l’aiuto di Dio: essere santo, apostolo, studioso, puro e forte. Non stare mai in ozio. Forse è presunzione? Lo sai o Signore nulla io posso da me, confido completamente nel tuo aiuto.*». Questa è la contemplazione che il Papa ha chiesto di vivere e testimoniare e che significa come Lui stesso ha sottolineato: «*...non mettere niente e nessuno prima di Gesù, neanche le persone più care, neanche la propria vita.*» Contemplare, tenere lo sguardo fisso su Gesù, per arrivare seguendo il Suo esempio, al dono della propria vita. Dono da intendersi non solo nel suo significato estremo del martirio, ma anche e soprattutto come stile di vita proprio di chi vuole essere discepolo di Gesù: lo stile della gratuità. Forse la mancanza di questa gratuità Gesù voleva rimproverare Marta, con le parole: «*...tu ti preoccupi e ti agiti per molte cose...*». E forse è sempre questa totale gratuità che ha invece contraddistinto la vita di Alberto Marvelli che sempre nel suo Diario scriveva: «*La vita è azione, movimento e anche la mia vita deve azione, movimento continuo tendenti all’unico fine dell’uomo: salvarsi e salvare.*». Soltanto la contemplazione del volto di Cristo può aiutarci a vivere il nostro essere cooperatori al piano di salvezza di Dio per l’umanità mantenendo fede alle altre due consegne del Papa: la *comunione* e la *missione*. Soltanto se sapremo rinunciare a noi stessi riusciremo ad essere fermento di dialogo con tutti gli uomini di buona volontà, così come riusciremo a riappropriarci di quello che è il nostro compito, la nostra missione principale: evangelizzare, vale a dire annunciare Gesù Cristo agli uomini del nostro tempo.

*Valentina Giorgetti*



## ADORAZIONE EUCARISTICA

*“Resta con noi Signore”*

**M**entre ci apprestiamo a vivere il cammino di preparazione alla Santa Pasqua, mettiamoci davanti a Gesù Sacramentato, adoriamolo meditando le parole della lettera apostolica “Mane Nobiscum Domine” del Santo Padre, Giovanni Paolo II.

*Canto introduttivo*

*Preghiera di adorazione*

Signore Gesù, siamo davanti a te per adorarti, e ascoltare la Tua Parola. Desideriamo dirti le gioie e sofferenze nostre, dalla comunità cristiana e del mondo. Siamo qui per condividere le speranze e preoccupazioni dell’umanità, per accogliere il tuo amore che trasforma la vita. Vogliamo gustare la tua presenza e forza, e accogliere la Parola che ci salva, e rispondere alla tua proposta d’amore.

Siamo qui con la coscienza delle nostre povertà, e della tua ricchezza, dei nostri peccati e della tua misericordia, della nostra fatica a pregare e della tua tenerezza e pazienza.

Tu sei luce per le nostre tenebre, riposo per la nostra fatica, sostegno per la stanchezza.

Tu sei la risposta grande alle nostre domande e il Pane che ci dona la forza per attraversare il deserto della vita, e giungere alla tua casa per partecipare

alla grande festa che prepari per tutti gli uomini, per vivere la pasqua senza tramonto.

*Silenzio...*

*La parola ci illumina*

**“Egli entrò per rimanere con loro” (Lc 24,29).**

**Dal Vangelo secondo Luca (24,13-35)**

*Ed ecco in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio distante sette miglia da Gerusalemme, di nome Emmaus, e conversavano di tutto quello che era accaduto. Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano incapaci di riconoscerlo. Ed egli disse loro: “Che sono questi discorsi che state facendo fra voi durante il cammino?”. Si fermarono, col volto triste; uno di loro, di nome Clèopa, gli disse: “Tu solo sei così forestiero in Gerusalemme da non sapere ciò che vi è accaduto in questi giorni?”. Domandò: “Che cosa?”.*

*Gli risposero: “tutto ciò che riguarda Gesù Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; come i sommi sacerdoti e i nostri capi lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e poi l'hanno crocifisso. Noi speravamo che fosse lui a liberare Israele; con tutto ciò son passati tre giorni da quando queste cose sono accadute.*



*Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; recatesi al mattino al sepolcro e non avendo trovato il suo corpo, son venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. Alcuni dei nostri sono andati al sepolcro e hanno trovato come avevan detto le donne, ma lui non l'hanno visto”.*

*Ed egli disse loro: “Sciocchi e tardi di cuore nel credere alla parola dei profeti! Non bisognava che il Cristo sopportasse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?” E cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le scritture ciò che si riferiva a lui.*

*Quando furon vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano ma essi insistettero: Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino”. Egli entrò per rimanere con loro.*

*Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono i loro occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. Ed essi si dissero l'un l'altro: “Non ci ardeva forse il cuore nel petto mentre conversava con*



*noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture?”. E partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: “Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone”: Essi poi riferirono ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano*

*ricosciuto nello spezzare il pane.*

### *Pausa di riflessione*

“Rimani con noi, Signore, perché si fa sera” (cfr. Lc 24,29). Fu questo l’invito accorato che i due discepoli, incamminati verso Emmaus la sera stessa del giorno della risurrezione, rivolsero al Viandante che si era ad essi unito lungo il cammino. Carichi di tristi pensieri, non immaginavano che quello sconosciuto fosse proprio il loro Maestro, ormai risorto. Sperimentavano tuttavia un intimo “ardore” (cfr. *ivi*, 32), mentre Egli parlava con loro “spiegando” le Scritture. La luce della parola scioglieva la durezza del loro cuore e “apriva loro gli occhi” (cfr. *ivi*, 31). Tra le ombre del giorno in declino e l’oscurità che incombeva nell’animo, quel viandante era un raggio di luce che risvegliava la speranza ed apriva i loro animi al desiderio della luce piena. “Rimani con noi”, supplicarono. Ed egli accettò. Di lì a poco il volto di Gesù sarebbe scomparso, ma il Maestro sarebbe “rimasto” sotto i veli del “pane spezzato”, davanti al quale i loro occhi si erano aperti. (Riflessione tratta dalla Lettera Apostolica “*Mane Nobiscum Domine*” - Introduzione).

Nel racconto dei discepoli di Emmaus Cristo stesso interviene per mostrare, “cominciando da Mosè e da tutti i



profeti”, come “tutte le Scritture” portassero al mistero della sua persona (cfr. Lc 24,27). Le sue parole fanno “ardere” i cuori dei discepoli, li sottraggono all’oscurità della tristezza e della disperazione, suscitano in essi il desiderio di rimanere con Lui: “**Resta con noi Signore**”. (cfr. Lc 24,29). (Riflessione tratta dalla Lettera Apostolica “*Mane Nobiscum Domine*” (n.12).

### *Silenzio e meditazione*

#### *Preghiera*

Resta con noi, Signore!  
Come i due discepoli del Vangelo,  
ti imploriamo, Signore Gesù: rimani con noi!  
Tu divino viandante, esperto delle nostre strade  
e conoscitore del nostro cuore,  
non lasciarci prigionieri delle ombre della sera.  
Sostienici nella stanchezza, perdona i nostri peccati,  
orienta i nostri passi sulla via del bene.  
Benedici i bambini, i giovani, gli anziani,  
le famiglie, in particolare i malati.  
Benedici i sacerdoti e le persone consacrate.  
Benedici tutta l’umanità.  
Nell’Eucaristia ti sei fatto “farmaco d’immortalità”:  
dacci il gusto di una vita piena,  
che ci faccia camminare su questa terra  
come pellegrini fiduciosi e gioiosi,  
guardando sempre al traguardo  
della vita che non ha fine.  
Rimani con noi, Signore! Rimani con noi! Amen.

### *Canto*

*“Lo riconobbero nello spezzare il pane” (Lc 24,35).*

È significativo che i due discepoli di Emmaus, convenientemente preparati dalle parole del Signore, lo abbiano riconosciuto mentre stavano a mensa nel gesto semplice della “frazione del pane”. **Una volta che le menti sono illuminate e i cuori riscaldati, i segni “parlano”**. L’Eucaristia si svolge tutta nel contesto dinamico di segni che recano in sé un denso e luminoso messaggio. È attraverso i segni che il mistero in qualche modo si apre agli occhi del credente. (Riflessione tratta dalla Lettera Apostolica “*Mane Nobiscum Domine*” (n.14).

Breve momento di *Silenzio*, esprimere un proposito, una preghiera davanti a Gesù Sacramentato.

*L’Eucaristia come comunione e consegna di “missione”*

*“Rimanete in me ed io in voi” (Gv 15,14).*

Alla richiesta dei discepoli di Emmaus che Egli rimanesse “con” loro, Gesù rispose con un dono molto più grande: mediante il sacramento dell’Eucaristia trovò il modo di rimanere “in” loro. Ricevere l’Eucaristia è entrare in comunione profonda con Gesù. “Rimanete in me ed io in voi” (Gv 15,4). Questo rapporto di intima e reciproca “permanenza” ci consente di anticipare, in qualche modo, il cielo sulla terra. Non è forse questo l’anelito più grande dell’uomo? Non è forse questo ciò che Dio si è proposto, realizzando nella storia il suo disegno di salvezza? Egli ha messo nel cuore dell’uomo la “fame” della sua Parola (cfr Am 8,11), una fame che si appagherà solo nell’unione pie-

na con Lui. La comunione eucaristica ci è data per “saziarci” di Dio su questa terra in attesa dell’appagamento del cielo. (Riflessione tratta dalla Lettera Apostolica “*Mane Nobiscum Domine*” (n.19).

*Silenzio e meditazione*

*“Partirono senza indugio” (Lc 24,33).*

I due discepoli di Emmaus, dopo aver riconosciuto il Signore, “partirono senza indugio” (Lc 24,33), per comunicare ciò che avevano visto e udito. Quando si è fatta vera esperienza del Risorto, nutrendosi del suo corpo e del suo sangue, non si può tenere solo per sé la gioia provata. L’incontro con Cristo, continuamente approfondito nell’intimità eucaristica, suscita nella Chiesa e in ciascun cristiano *l’urgenza di testimoniare e di evangelizzare*. (...) Il Congedo alla fine di ogni Messa costituisce *una consegna*, che spinge il cristiano all’impegno per la propagazione del Vangelo e la animazione cristiana della società. Per tale missione l’Eucaristia non fornisce solo la forza interiore, ma anche – in certo senso – *il progetto*. Essa infatti è un modo di essere che da Gesù passa nel cristiano e, attraverso la sua testimonianza, mira ad irradiarsi nella società e nella cultura.

Perché ciò avvenga, è necessario che ogni fedele assimi, nella meditazione personale e comunitaria, i



valori che l'Eucaristia esprime, gli atteggiamenti che essa ispira, i propositi di vita che suscita. (Riflessione tratta dalla Lettera Apostolica "Mane Nobiscum Domine" (nn. 24,25).



### *Adesione di fede a Cristo Gesù*

#### **Rit. Sei tu, Signore, il Dio con noi**

- Cristo è immagine del Dio invisibile, generato prima di ogni creatura. **Rit.**
- Cristo è prima di tutte le cose, e tutte sussistono in lui. **Rit.**
- Tutte le cose sono state create per mezzo di Cristo e in vista di lui. **Rit.**
- Cristo è il capo del corpo, che è la Chiesa; è il principio di tutto. **Rit.**
- Cristo è il primogenito di coloro che resuscitano dai morti. **Rit.**
- In Cristo, Dio ha fatto abitare ogni pienezza. **Rit.**
- Per mezzo di Cristo, Dio ha riconciliato a sé tutte le cose. **Rit.**
- Con il sangue di Cristo, Dio ha rappacificato il cielo e la terra. **Rit.**

Invocazioni spontanee.

### *Preghiera di adorazione*

Signore Gesù, ti riconosciamo presente nel Pane della mensa eucaristica. Tu sei la vita che vince la morte, l'amore che annienta l'odio, la gioia che sconfigge la tristezza, la luce del perdono che supera le tenebre del peccato.

Sei l'acqua che disseta, l'ombra che dà ristoro, il sale che esalta il sapore della vita. Sei il volto visibile del Padre, e doni lo Spirito per renderci figli di Dio.

Il tuo sacrificio ci dona libertà, vita nuova, speranza e la certezza di essere amati dal Padre.

Le tue parole e i tuoi gesti ci hanno fatto scoprire che siamo avvolti dall'amore di Dio, possiamo godere della sua bontà e abbiamo la possibilità di diventare sempre più figli del Padre e fratelli di ogni uomo.

Ti sei fatto servo e ci hai insegnato che troviamo la vera gioia nel servire e donare la vita, sul tuo esempio e con la forza del tuo Spirito.

Hai mandato gli apostoli come testimoni della tua bontà e della vita nuova che nasce dalla tua passione e morte.

**Padre Nostro...**ricordando le tragedie del mondo.

**Ave Maria...**intercedi per la pace nel mondo.

**L'Eterno Riposo...**per i morti delle catastrofi naturali, della fame e delle guerre.

**Angelo di Dio...**proteggi il nostro cammino.

**Salve Regina...**rafforza la nostra fede.

### *Canto finale*