



# Adorazione Eucaristica

## *Cristo Nostra Pace!*

*Suor Barbara Anselmi*

### **Canto di esposizione**

**Tutti:** Ti adoriamo, Signore Gesù Cristo, qui e in tutte le tue chiese, che sono nel mondo intero, e ti benediciamo, poiché con la tua santa Croce hai redento il mondo. (*S. Francesco d'Assisi*)

**Guida:** *I doni del Cristo Risorto sono la pace e lo Spirito Santo. Davanti all'Eucaristia, Corpo del Signore Risorto, anche noi siamo come "esposti" all'azione dello Spirito Santo, al dono della pace di Dio, che pian piano ci trasforma, ci cambia. L'adorazione eucaristica in questo modo ci cambia, perché la potenza dell'Amore di Dio per noi ci riscalda, ci consola, ci illumina, ci aiuta ad abbandonarci al progetto che il Padre ha su di noi e sul mondo intero.*

*Oggi preghiamo per la pace, per l'unità: nel nostro cuore, nelle nostre famiglie, tra tutti gli uomini. E sappiamo con certezza che questa unità, questa pace, dipenderà dal nostro grado di unione con Dio.*

*Silenzio*

**Letttore 1: Dal libro del profeta Isaia** (Is 32, 1-2. 15-18)

Ecco, un re regnerà secondo giustizia  
e i principi governeranno secondo il diritto.  
Ognuno sarà come un riparo contro il vento  
e un rifugio contro l'acquazzone,  
come canali d'acqua in una steppa,  
come l'ombra di una grande roccia su arida terra.  
Ma infine in noi sarà infuso uno spirito dall'alto;  
allora il deserto diventerà un giardino  
e il giardino sarà considerato una selva.  
Nel deserto prenderà dimora il diritto  
e la giustizia regnerà nel giardino.  
Praticare la giustizia darà pace,  
onorare la giustizia darà tranquillità  
e sicurezza per sempre.  
Il mio popolo abiterà in una dimora di pace,  
in abitazioni tranquille,  
in luoghi sicuri...



## Letture 2:

Questa nuova èra di pace (*shalom*) sarà opera dello Spirito divino, forza di vita capace di rinnovare la creazione, e insieme sarà frutto del rispetto del patto tra Dio e il suo popolo e tra i componenti del popolo stesso, essendo inseparabili comunione con Dio e comunità degli uomini.

Le parole di Isaia richiamano la necessità di un impegno serio e responsabile nel seguire le norme comuni della convivenza civile che impediscono l'individualismo egoistico e il cieco arbitrio, favoriscono la coesistenza armoniosa e l'operosità finalizzata al bene comune.

Sarà possibile vivere secondo giustizia e praticare il diritto? Sì, a condizione di riconoscere in tutte le altre persone dei fratelli e delle sorelle e se vedremo l'umanità come una famiglia, nello spirito della fraternità universale.

E come vederla tale senza la presenza di un Padre per tutti? Egli ha già iscritto la fraternità universale,



per così dire, nel DNA di ogni persona. La prima volontà di un padre è infatti che i figli si trattino da fratelli e sorelle, si vogliano bene, si amino.

Per questo il “Figlio” per eccellenza del Padre, il Fratello di ogni uomo, è venuto e ci ha lasciato come norma del vivere sociale l’amore vicendevole. È espressione dell’amore rispettare le regole della convivenza, compiere il proprio dovere.

L’amore è la norma ultima di ogni agire, quella che anima la vera giustizia e porta la pace. Le nazioni hanno bisogno di leggi sempre più adeguate alle necessità della vita sociale e internazionale, ma soprattutto hanno bisogno di uomini e donne che ordinino nel proprio intimo la carità. Quest’ordine è giustizia, e solo in quest’ordine le leggi hanno valore.

(Chiara Lubich)

*Si esegue un canto adatto o un canone.*

**Letture: Dal Vangelo di San Giovanni** (Gv 15, 9-17)

Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena. Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici.

Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamato amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre mio l'ho fatto conoscere a voi. Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri.

**Letto:** Non ci sono difficoltà, tribolazioni, incomprendimenti che ci devono far paura se rimaniamo uniti a Dio come i tralci alla vite, se non perdiamo l'amicizia con Lui, se gli facciamo sempre più spazio nella nostra vita. Questo anche e soprattutto se ci sentiamo poveri, deboli, peccatori, perché Dio dona forza alla nostra debolezza, ricchezza alla nostra povertà, conversione e perdono al nostro peccato. È tanto misericordioso il Signore: sempre, se andiamo da Lui, ci perdona. Abbiamo fiducia nell'azione di Dio! Con Lui possiamo fare cose grandi; ci farà sentire la gioia di essere suoi discepoli, suoi testimoni.

*(Papa Francesco)*

***Dopo un congruo tempo di silenzio, preghiamo  
insieme a cori alterni il Salmo 34:***

Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Io mi glorio nel Signore,  
ascoltino gli umili e si rallegriano.

Celebrate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il suo nome.  
Ho cercato il Signore e mi ha risposto  
e da ogni timore mi ha liberato.

Guardate a lui e sarete raggianti,  
non saranno confusi i vostri volti.  
Questo povero grida e il Signore lo ascolta,  
lo libera da tutte le sue angosce.

L'angelo del Signore si accampa  
attorno a quelli che lo temono e li salva.  
Gustate e vedete quanto è buono il Signore;  
beato l'uomo che in lui si rifugia.

Temete il Signore, suoi santi,  
nulla manca a coloro che lo temono.  
I ricchi impoveriscono e hanno fame,  
ma chi cerca il Signore non manca di nulla.



Venite, figli, ascoltate mi;  
v'insegnerò il timore del Signore.  
C'è qualcuno che desidera la vita  
e brama lunghi giorni per gustare il bene?

Preserva la lingua dal male,  
le labbra da parole bugiarde.  
Sta lontano dal male e fa' il bene,  
cerca la pace e perseguila.

Gli occhi del Signore sui giusti,  
i suoi orecchi al loro grido di aiuto.  
Il volto del Signore contro i malfattori,  
per cancellarne dalla terra il ricordo.

Gridano e il Signore li ascolta,  
li salva da tutte le loro angosce.  
Il Signore è vicino a chi ha il cuore ferito,  
egli salva gli spiriti affranti.

Molte sono le sventure del giusto,  
ma lo libera da tutte il Signore.  
Preserva tutte le sue ossa,  
neppure uno sarà spezzato.

La malizia uccide l'empio  
e chi odia il giusto sarà punito.  
Il Signore riscatta la vita dei suoi servi,  
chi in lui si rifugia non sarà condannato.

**Guida:** O Dio, nell'accettarci gli uni gli altri con tutto il cuore, pienamente, completamente, noi accet-

tiamo, ringraziamo e adoriamo te. O Dio, siamo una cosa sola con te.

Hai fatto di noi una cosa sola con te.

Ci hai insegnato che, se ci apriamo gli uni agli altri, tu dimori in noi.

**Tutti:** Aiutaci a preservare quest'apertura e a difenderla con tutto il cuore.

Aiutaci a persuaderci che non possiamo comprenderci se ci respingiamo a vicenda.

O Dio, nell'accettarci gli uni gli altri con tutto il cuore, pienamente, completamente, noi accettiamo, ringraziamo e adoriamo te; e ti amiamo con tutto il nostro essere, perché il nostro essere è il tuo essere, il nostro spirito è radicato nel tuo spirito.

**Guida:** Riempici dunque di amore e fa' che siamo uniti da vincoli di amore mentre camminiamo ciascuno per la nostra strada, uniti in questo unico spirito che ti rende presente al mondo e che ti fa testimoniare in favore della suprema realtà che è l'amore.

**Tutti:** L'amore ha vinto. L'amore trionfa. Amen.

*(Monastero di Bose)*

*Canto, poi adorazione silenziosa.*

**Letto:** L'amore che parte dall'Eucaristia è un amore irradiante: ha un riflesso nella fusione dei cuori, nell'affetto, nell'unione, nel perdono. Ci fa capire che bisogna spendersi per i bisogni altrui, per i piccoli, per i poveri, per i malati, per i prigio-



nieri, per gli esuli, per i sofferenti. (...) L'Eucaristia diventa in noi la grande sorgente dell'amore fraterno, anzi, della carità sociale. Noi che onoriamo l'Eucaristia dovremmo dimostrare nel sentimento, nel pensiero, nella pratica, che sappiamo davvero amare il nostro prossimo... anche quello che manca di qualche cosa necessaria alla vita: di dignità, di difesa, di assistenza, di istruzione, di lavoro, di pane, di ottimismo, di amicizia... *(Beato Paolo VI)*

**Guida:** A Gesù rivolgiamo ora la nostra preghiera silenziosa perché doni pace ad ogni uomo e ci doni la forza di essere operatori di bene, di pace, di amore.

## Silenzio

### Preghiamo ora tutti insieme:

Signore,  
dammi il tormento della pace,  
la certezza che la pace è possibile,  
il coraggio di volere la pace.

Signore,  
liberami dalla rassegnazione  
che accetta per gli altri  
ciò che non voglio per me.

Signore,  
fammi sicuro e libero  
geloso dei miei sogni di pace  
instancabile nel realizzarli.

Signore,  
apri il mio cuore ad amare  
sempre e tutti senza eccezioni  
senza aspettare nessuna risposta.

Signore,  
liberami dall'invidia  
gelosia e sfiducia  
inutili scuse al mio egoismo.

Signore,  
ostacoli e difficoltà,  
insuccessi e delusioni  
non generino mai scelte violente.

Signore,  
Tu hai conquistato la pace  
con la tua morte e resurrezione  
e l'hai messa nelle mie mani.

Signore,  
non voglio tradire il tuo dono  
voglio viverlo e offrirlo al mondo  
perché creda che Tu sei con noi.

Signore,  
«Pace in terra agli uomini»  
è annuncio, è realtà sicura:  
nelle mie mani sia un dono per tutti.

*(don Giorgio Basadonna)*

*Si conclude con la benedizione eucaristica e  
un canto di reposizione.*

