



Adorazione Eucaristica

Gesù, Pane per la Vita nuova

fra' Gianluca Quaresima

Canto ed esposizione del SS.mo Sacramento

Preghiera (*Insieme*): Rapisca ti prego, Signore, l'ardente e dolce forza del tuo amore, la mente mia da tutte le cose che sono sotto il cielo, perché io muoia per amore dell'amore tuo, come tu ti sei degnato di morire per amore dell'amore mio (*San Francesco d'Assisi*).

Adorazione silenziosa

Preghiera (*Insieme*): O Gesù, inondami del tuo Spirito e della tua vita. Penetra in me e prendi possesso del mio essere, così pienamente che la mia vita sia soltanto un'irradiazione della tua. Aiutami a diffondere il tuo profumo ovunque io vada. Che io risplenda della tua luce. Che ogni anima che io avvicino senta la tua presenza nella mia anima. Che cerchi e veda non più me, ma soltanto te. Fa' che io ti lodi nel modo che a te più piace, effondendo la tua luce su quelli che mi circondano. Che io predichi di te senza parlare, non con le parole, ma con il mio esempio, con la forza che trascina, con il suadente influsso del mio operare, con la manifesta pienezza dell'amore che il mio cuore nutre per te. *Amen.*
(*Cardinal Newman*)

Adorazione silenziosa

Canto



Ascoltiamo la Parola dal Vangelo secondo Giovanni (6,51-58)

Presidente/Lettore 1

In quel tempo, Gesù disse alla folla: «Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».

Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Meditiamo con il salmo 42

Lettore 2

Come la cerva anela ai corsi d'acqua,
così l'anima mia anela a te, o Dio.
L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente:
quando verrò e vedrò il volto di Dio?

Le lacrime sono il mio pane giorno e notte,
mentre mi dicono sempre: «Dov'è il tuo Dio?».
Questo io ricordo e l'anima mia si strugge:
avanzavo tra la folla, la precedevo fino alla casa di Dio,
fra canti di gioia e di lode di una moltitudine in festa.

Perché ti rattristi, anima mia, perché su di me gemi?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.
In me si rattrista l'anima mia; perciò di te mi ricordo.

Di giorno il Signore mi dona il suo amore
e di notte il suo canto è con me.

Perché ti rattristi, anima mia, perché su di me gemi?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

Dalle «Opere» di san Tommaso d'Aquino, dottore della Chiesa

Lettore 3

L'Unigenito Figlio di Dio, volendoci partecipi della sua divinità, assunse la nostra natura e si fece uomo per far di noi, da uomini, dèi.

Tutto quello che assunse, lo valorizzò per la nostra salvezza. Offrì infatti a Dio Padre il suo corpo come vit-

tima sull'altare della croce per la nostra riconciliazione. Sparse il suo sangue facendolo valere come prezzo e come lavacro, perché, redenti dalla umiliante schiavitù, fossimo purificati da tutti i peccati.

Perché rimanesse in noi, infine, un costante ricordo di così grande beneficio, lasciò ai suoi fedeli il suo corpo in cibo e il suo sangue come bevanda, sotto le specie del pane e del vino.

O inapprezzabile e meraviglioso convito, che dà ai commensali salvezza e gioia senza fine! Che cosa mai vi può essere di più prezioso? Non ci vengono imbandite le carni dei vitelli e dei capri, come nella legge antica, ma ci viene dato in cibo Cristo, vero Dio. Che cosa di più sublime di questo sacramento?

Nessun sacramento in realtà è più salutare di questo: per sua virtù vengono cancellati i peccati, crescono le buone disposizioni, e la mente viene arricchita di tutti i carismi spirituali. Nella Chiesa l'Eucaristia viene offerta per i vivi e per i morti, perché giovi a tutti, essendo stata istituita per la salvezza di tutti.

Nessuno infine può esprimere la soavità di questo sacramento. Per mezzo di esso si gusta la dolcezza spirituale nella sua stessa fonte e si fa memoria di quella altissima carità, che Cristo ha dimostrato nella sua passione.

Egli istituì l'Eucaristia nell'ultima cena, quando, celebrata la Pasqua con i suoi discepoli, stava per passare dal mondo al Padre.

L'Eucaristia è il memoriale della passione, il compimento delle figure dell'Antica Alleanza, la più grande di tutte le meraviglie operate dal Cristo, il mirabile documento del suo amore immenso per gli uomini.

Adorazione silenziosa

Canto

Pregliera di intercessione *(Insieme)*:

Ostia santa, confiderò in te quando le difficoltà della vita supereranno le mie forze e i miei sforzi risulteranno inutili.

Ostia santa, confiderò in te quando le tempeste sconvolgeranno il mio cuore e il mio spirito atterrito comincerà a piegarsi verso il dubbio che corrode.

Ostia santa, confiderò in te quando tutto si rivolgerà contro di me e la vera disperazione s'insinuerà nella mia anima.

Ostia santa, confiderò in te quando l'osservanza delle virtù mi apparirà difficile e la mia natura si ribellerà.

Ostia santa, confiderò in te quando sopra di me risuonerà il tuo giudizio; in quel momento confiderò nell'oceano della tua misericordia.

(Santa Faustina Kowalska)

Adorazione silenziosa

Meditazione

(Lettore 4 oppure lettura personale silenziosa)

In ogni celebrazione eucaristica facciamo memoria del momento in cui Gesù dona la sua vita per la redenzione dell'umanità. Un dono di sé che Dio fa per amore dell'uomo; e l'occasione per manifestare in maniera esplicita e definitiva quel dono è il tradimento di Giuda, uno dei Dodici. L'Eucaristia, che Gesù celebra per la prima volta durante l'ultima cena con i suoi discepoli prima di salire il Calvario, è una anticipazione e ritualizzazione della sua Passione e della sua croce. Della Pasqua ebraica, festa questa che



fa' memoria della fuga del popolo ebraico dall'Egitto; ("fare memoria" secondo la mentalità ebraica non è un semplice ricordare un evento passato, ma riviverlo, applicare al presente storico gli effetti di un evento avvenuto nel lontano

passato), noi ereditiamo la reale capacità di applicare alla nostra vita i meriti della passione di Gesù. Ciò accade partecipando al gesto "memoriale" di questo evento: la cena del Signore, la santa Messa, memoriale della Pasqua cristiana e del passaggio di Gesù dalla morte alla vita. Celebrando la Pasqua, siamo liberati realmente dalla schiavitù del peccato originale e quindi del Maligno e, oltre alla compartecipazione alla Passione di Gesù, siamo inseriti nella gloria della sua risurrezione. Ogni volta che prendiamo parte attivamente (cioè con il reale e profondo coinvolgimento del nostro essere, nel proposito autentico di convertirci al Vangelo di Cristo) alla santa Messa, facciamo esperienza della potenza del Figlio di Dio che rinnova la nostra vita.

L'Eucaristia è, allora, pane vivo disceso dal cielo, di cui la manna ricevuta dal popolo d'Israele nel deserto è

stato segno anticipatore. L'Eucaristia è nutrimento per la nostra anima, capace di donare all'uomo pienezza di senso.

Quel pane spezzato da Gesù nell'ultima cena è lo stesso pane che tanti sacerdoti in tutto il mondo continuano a spezzare e "contiene" in sé il dono d'amore di Cristo per l'umanità. Quando Gesù ci invita a nutrirci del suo corpo e del suo sangue, ci esorta a nutrirci del suo gesto d'amore compiuto per noi sulla croce. La grandezza dell'amore di Dio, in Gesù Cristo, sta nel fatto di averci comunicato quell'amore smisurato attraverso il fardello e il limite della natura umana (il termine "carne", nella cultura ebraica, è segno della debolezza e della fragilità dell'umanità) di cui Gesù, in quanto "vero uomo", ne ha fatto esperienza. Facendo la comunione con Gesù, siamo invitati da lui a dissetarci con il suo stesso sangue, a condividere, cioè, la sua stessa vita (il sangue, nella mentalità ebraica, è segno della vita che scorre in un essere vivente).

In questo periodo, in cui la santa Madre Chiesa celebra la Solennità del Santissimo Corpo e del preziosissimo Sangue di Cristo, chiediamo al Signore di aiutarci a riscoprire la profondità e la potenza salvifica del segno eucaristico. Chiediamo a Lui di concederci di guardare quel pane e quel vino consacrati sull'altare, ogni volta che partecipiamo alla santa Messa, non più con gli occhi del corpo ma con quelli della fede. Potremo così scoprire che il mistero cristiano, che continuiamo a celebrare da oltre duemila anni a questa parte, è mistero che riguarda la nostra vita, è "per noi".

Preghiera responsoriale

Riconoscendo nel Corpo e nel Sangue del Signore il vero nutrimento per la nostra vita, preghiamo il Padre perché ci doni la grazia di essere autentici cristiani.

Preghiamo dicendo: *Ascoltaci, Signore!*

1. Perché la Chiesa riconosca sempre nell'Eucaristia la fonte e il culmine della vita di fede, **preghiamo**.
2. Perché il Papa, i Vescovi e i Presbiteri celebrino l'Eucaristia con fede, con zelo pastorale e cura della divina liturgia, **preghiamo**.
3. Perché i cristiani offrano la loro concreta solidarietà ai bisognosi e condividano la loro vita con coloro che vivono nella povertà del corpo e dell'anima, **preghiamo**.
4. Per chi è scoraggiato e disperato, perché trovi nell'Eucaristia il cibo spirituale per rinascere a vita nuova, **preghiamo**.



5. Perché i fanciulli delle nostre comunità cristiane che hanno ricevuto la Prima Comunione cerchino in Gesù la forza per crescere e divenire uomini veri, animati da una fede grande, **preghiamo**.

Padre Nostro

Canto

Preghiamo (Presidente): Signore Gesù, che nel sacramento del tuo Corpo e del tuo Sangue ci fai pregustare la gioia della vita divina, concedici di trascorrere tutti i giorni della nostra vita nella tua grazia e nel tuo amore, per poterti contemplare in eterno nella gloria del cielo. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. *Amen*.

Benedizione (se presente un sacerdote)

Reposizione del Santissimo Sacramento

Acclamazioni

Canto

Incontro di Spiritualità
per le persone vedove

12-15 luglio 2018

per informazioni rivolgersi alla Direzione
Tel 071 977148