



Adorazione Eucaristica  
*"La Luce splende nelle  
tenebre e le tenebre  
non l'hanno vinta"*

Suor Giovanna Romano

### Canto di esposizione

#### Dialogo introduttivo:

**Guida:** O pane vivo disceso dal cielo, nutricisci di te e aiutaci a divenire pane puro.

**Tutti:** *O maestro che sai tutto, insegnaci l'unico necessario.*

**Guida:** O via, verità e vita, accogli noi viandanti, noi cercatori, noi che vogliamo vivere sempre.

**Tutti:** *O stella lucente e mattinale, fa' che guardiamo a te per giungere ove tu ci attendi.*

**Guida:** O luce del mondo, vinci le tenebre.

**Tutti:** *O Figlio di Dio, facci conoscere il Padre.*

(G. Vannucci)

### Silenzio di adorazione

Dalle Fonti Francescane (FF 221. 144)

#### Letto

Tutta l'umanità trepidi, l'universo intero tremi e il cielo esulti, quando sull'altare, nella mano del sacerdote, si rende presente Cristo, il Figlio del Dio

vivo. [...] 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. [...] O ammirabile altezza e degnazione stupenda! O umiltà sublime! O sublimità umile, che il Signore dell'universo, Dio e Figlio di Dio, così si umili da nascondersi, per la nostra salvezza, sotto poca apparenza di pane! Guardate, fratelli, l'umiltà di Dio, ed aprite davanti a lui i vostri cuori; umiliatevi anche voi, perché siate da lui esaltati. Nulla, dunque, di voi trattenete per voi, affinché totalmente vi accolga colui che totalmente a voi si offre.

### Silenzio di adorazione

**Guida:** Siamo qui davanti a Te, Signore, per adorarti con lo stesso stupore di Francesco. Vogliamo riconoscere con lui che Tu solo sei "tutta la nostra ricchezza a sufficienza" e che la nostra vita può trovare senso e pienezza unicamente se il nostro cuore si unifica attorno alla ricerca esclusiva di Te. Solo allora potremo sperimentare, nella fede, che, fra le tenebre presenti in noi e intorno a noi, la tua luce splende più forte. Spesso viviamo molto lontano da questo ideale. Vogliamo riconoscerlo umilmente, insieme a Francesco, che si considerava il più grande peccatore.

**Letto** "Nient'altro dobbiamo desiderare, nient'altro ci piaccia o diletta, se non il Creatore e Redentore e Salvatore nostro, solo vero Dio, tutto il bene,

vero e sommo bene, che solo è buono”. Perdonaci, Signore, perché spesso la nostra vita è distratta, ci lasciamo attirare da ciò che non sei Tu e finiamo, così, per lasciarci sopraffare dal buio. Kyrie eleison

**Tutti: Kyrie eleison**

**Letto:** “Onnipotente, santissimo, altissimo e sommo Dio, per te stesso ti rendiamo grazie”. Perdonaci, Signore, perché spesso mormoriamo, ci lamentiamo, lasciamo che le tenebre prendano il sopravvento e non facciamo della nostra vita una lode continua a Te, che sei il nostro sommo Bene. Kyrie eleison

**Tutti: Kyrie eleison**

**Letto:** “Il Signore dette a me, frate Francesco, d’incominciare a fare penitenza”. Perdonaci, Signore, perché spesso facciamo fatica ad essenzializzare la nostra vita e a fare scelte chiare che ci aiutino a disporre il cuore all’incontro con Te. Kyrie eleison

**Tutti: Kyrie eleison**

**Guida:** Sei qui davanti a noi, Signore. Vogliamo contemplarti nel tuo mistero di luce. Abbiamo messo davanti a Te, insieme alle tenebre che avvolgono la terra, le nostre tenebre personali, le nostre resistenze, le nostre meschinità. Aiutaci a sollevare il capo, a fissare lo sguardo su di Te, perché la tua luce possa riempire il nostro cuore e possa renderlo finalmente povero, umile, obbediente, disponibile all’incontro,

al servizio, senza calcoli, con il solo desiderio che tu faccia di noi ciò che desideri.

**Silenzio di adorazione**

**Letto:** **Ascoltiamo la Parola dal Vangelo di Giovanni (Gv 1,1-12)**



“In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio. Egli era, in principio, presso Dio: tutto è stato fatto per mezzo di lui, e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste. In lui era la vita e la vita era la

luce degli uomini; la luce splende nelle tenebre e le tenebre non l’hanno vinta. Venne un uomo mandato da Dio: il suo nome era Giovanni. Egli venne come testimone per dare testimonianza alla luce, perché tutti credessero per mezzo di lui. Non era lui la luce, ma doveva dare testimonianza alla luce. Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo. Era nel mondo e il mondo è stato fatto per mezzo di lui; eppure il mondo non lo ha riconosciuto. Venne fra i suoi, e i suoi non lo hanno accolto. A quanti però lo hanno accolto ha dato potere di diventare figli di Dio”.

## Silenzi di adorazione

*Da un commento di Hermes Ronchi  
- In ogni uomo un frammento di Dio -*

In principio era il Verbo e il Verbo era Dio. Giovanni inizia il suo Vangelo con una poesia, con un canto, con un volo d'aquila che proietta subito Gesù di Nazaret verso l'"in principio" e verso il divino. Nessun altro canto, nessun'altra storia può risalire più indietro, volare più in alto di questa che contiene l'inizio di tutte le cose: tutto è stato fatto per mezzo di Lui. Nulla senza di lui. In principio, tutto, nulla, sono parole che ci mettono in rapporto con l'assoluto e con l'eterno. La mano di Dio su tutte le creature del cosmo e «il divino traspare dal fondo di ogni essere» (Tehillard de Chardin). Non solo degli esseri umani ma perfino della pietra. «Nel cuore della pietra Dio sogna il suo sogno e di vita la pietra si riveste» (Vannucci). Un racconto grandioso che ci dà un senso di vertigine, ma che poi si acquieta dentro una parola semplice e bella: accogliere. Ma i suoi non l'hanno accolto, a quanti invece l'hanno accolto ha dato il potere di diventare figli. Accogliere: parola bella che sa di porte che si aprono, di mani che accettano doni, di cuori che fanno spazio alla vita. Parola semplice come la mia libertà, parola vertice di ogni agire di donna, di ogni maternità. Dio non si merita, si accoglie. «Accogliere» verbo che genera vita, perché l'uomo diventa ciò che accoglie in sé. Se accogli vanità diventerai vuoto; se accogli disordine creerai disordine attorno a te, se accogli luce darai luce. Dopo il suo Natale è ora il tempo

del mio Natale: Cristo è venuto ed è in noi come una forza di nascite. Cristo nasce perché io nasca. Nasca nuovo e diverso: nasca figlio! Il Verbo di Dio è come un seme che genera secondo la propria specie, Dio non può che generare figli di Dio. Perché Dio si è fatto uomo? Perché Dio nasca nell'anima, perché l'anima nasca in Dio (M. Eckart). E il Verbo si è fatto carne. Non solo si è fatto Gesù, non solo uomo, ma di più: carne, esistenza umana, mortale, fragile ma solidale. Bambino a Betlemme e carne universale. Dio non plasma più l'uomo con polvere del suolo, come fu in principio, ma si fa lui stesso polvere plasmata. Il vasaio si fa argilla di un piccolo vaso. E se tu devi piangere, anche lui imparerà a piangere. E se tu devi morire anche lui conoscerà la morte. Da allora c'è un frammento di Logos in ogni carne, qualcosa di Dio in ogni uomo. C'è santità e luce in ogni vita. Il Verbo entra nel mondo e porta la vita di Dio in noi. Ecco la vertigine: la vita stessa di Dio in noi. La profondità ultima del Natale: Dio nella mia carne. E destino di ogni creatura è diventare carne intrisa di cielo.



## Silenzio di adorazione

**Canone:** Cristo Gesù, mia luce interiore, non lasciar le mie tenebre parlar. Cristo Gesù, mia luce interiore, donami di accogliere il tuo amor. (o altro canone)

## Preghiamo a cori alterni dal Libro del Profeta Isaia (cfr. cap. 60)

**1 coro:** Alzati Gerusalemme, brilla di luce: perché la gloria del Signore risplende su di te e ti illumina. Le tenebre coprono la terra, l'oscurità avvolge i popoli. Ma su di te risplende la presenza del Signore che ti riempie di luce.

**2 coro:** I popoli cammineranno verso la tua luce, i re saranno attratti dalla tua splendida aurora. Guardati attorno e osserva: il tuo popolo si è riunito, viene da te. I tuoi figli arrivano da lontano, le tue figlie sono portate in braccio.

**1 coro:** Quando vedrai questo sarai raggiante, sarai commossa, il tuo cuore scoppierà di gioia. I tesori delle nazioni affluiranno a te, ti saranno portati da oltre il mare.

**2 coro:** Uno stuolo di cammelli ti coprirà, verranno le carovane di Madian e di Efa e tutte quelle di Saba. Porteranno oro e incenso, renderanno lode al Signore per quel che ha fatto.

## Breve pausa di silenzio



**Canone:** In questa oscurità, il fuoco che accendi non si spegne mai, non si spegne mai... (o altro canone)

## Silenzio di adorazione

### Preghiera corale:

Abita in mezzo a noi con la tua presenza leggera.  
Facci tremare davanti al tuo sguardo chiaro.

Tu hai portato poesia nel cuore dell'universo,  
hai riaperto le porte e risvegliato il palpito  
della primavera.

Tu il presente e l'avvenire, la forza e l'amore,  
il tuo tocco amoroso benedice ogni povertà.

Nato, come ogni uomo, fremente di luce,  
ruvido diterra, mormorante d'acqua e di vento.  
Nato per ricordarci che ci vuole vita per amare  
la vita,

nato in una notte di respiro su respiro,  
notte che si fece intima con il dono  
della tua nudità. In questa notte

allena il nostro sguardo a non ritrarsi.  
Un'ansia di luce morda gli uomini  
che non sognano.

*don Luigi Verdi*

### **Breve pausa di silenzio**

**Guida:** Riceviamo ora la luce di Cristo che si diffonde, e raccogliamo tutto ciò che portiamo nel cuore nella preghiera del Signore: **Padre nostro...**

### **Benedizione eucaristica**

### **Canto di reposizione**

---

## L'ANIMA RIPARATRICE



*Manuale dell'Associazione  
Laicale Eucaristica Riparatrice  
che aiuta  
a vivere intensamente la  
spiritualità eucaristica.*

La revisione accurata e l'aggiornamento dei testi hanno generato una pubblicazione di facile lettura, semplice e lineare, tale da divenire un'ottima guida nei pii esercizi e nelle preghiere, per meglio corrispondere all'ardente desiderio.

**€ 10,00 (+ spese di spedizione € 2,00)**

---

**si può richiedere alla Direzione**

**Tel 071 977148**