



ADORAZIONE EUCARISTICA

“Dare senso alla vita”

a cura di Paolo Baiardelli

Canto Iniziale

Nel pane eucaristico che si espone davanti al nostro sguardo, noi cristiani adoriamo la presenza di Gesù Cristo, Signore della storia, Signore del cielo e della terra, Signore della missione, Signore della passione e della croce, Signore della vita che soggiorna nella morte per alcune ore prima di segnare l'orizzonte di una vita rinvigorita dalla Risurrezione.

In quel pane che ora è davanti a noi, adoriamo Gesù Cristo, figlio di Dio, che si presenta quotidianamente come fratello e compagno di vita.

In questo momento di adorazione ognuno è chiamato a pregare e a riflettere sul senso della vita e sulla grandezza della fede nonostante le nostre fragilità, i dubbi, le incertezze, le incongruenze.

Questa presenza di Dio ha una lunghissima storia, una storia preparata da secoli e secoli di attesa, da generazioni e generazioni di conquiste e di sconfitte. Ripercorriamo in questo tempo che disponiamo per Dio,



alcuni momenti significativi della storia della salvezza e della storia della nostra fede.

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

(Gen. 3,6-13)

Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradito agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò. Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e si accorsero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture.

Poi udirono il Signore Dio che passeggiava nel giardino alla brezza del giorno e l'uomo con sua moglie si nasconsero dal Signore Dio, in mezzo agli alberi del giardino. Ma il Signore Dio chiamò l'uomo e gli disse: «Dove sei?». Rispose: «Ho udito il tuo passo nel giardino: ho avuto paura, perché sono nudo, e mi sono nascosto».

Riprese: «Chi ti ha fatto sapere che eri nudo? Hai forse mangiato dell'albero di cui ti avevo comandato di non mangiare?».

Rispose l'uomo: «La donna che tu mi hai posta accanto mi ha dato dell'albero e io ne ho mangiato». Il Signore Dio disse alla donna: «Che hai fatto?». Rispose la donna: «Il serpente mi ha ingannata e io ho mangiato».

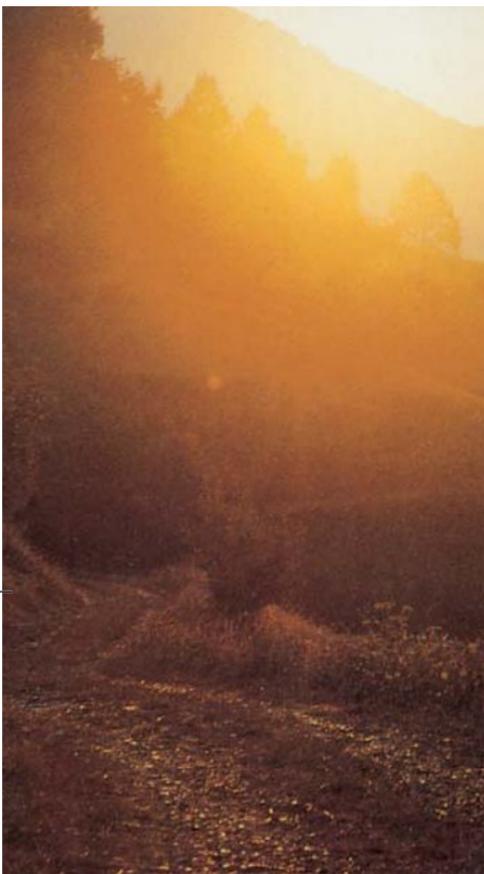
Commento (don Fernando Murari)

In principio Dio creò l'uomo e la donna, e donò un mondo fantastico, un'intelligenza per domare ed asservire tutte le creature inferiori a lui in modo da vivere un'esistenza di pace, di benessere, di giustizia e di equilibrio tra tutte le creature della terra e soprattutto tra gli uomini stessi. Gli diede solo una regola che lo riportava alla verità della sua esistenza: il sentire che quanto aveva e godeva era il dono di un essere superiore, il dono di Dio, a cui doveva riconoscenza e lode perenne in modo da realizzare il suo disegno di felicità per tutti.

Ma l'uomo non intese tutto questo, si pensò potente ed autosufficiente a tal punto che voleva fare a meno di Dio. Dio, il suo creatore e ideatore, sembrava dargli fastidio e così provò ad autogestirsi.

Ognuno di noi nella vita conosce la tentazione di sentirsi l'unico interprete della propria esistenza, capace di giudicare e





determinare ciò che è bene e ciò che è male e non solo per debolezza, ma per la convinzione di saper decidere da sé ciò che è conforme o difforme dal bene a cui è chiamato. In questa nostra esperienza ci dimentichiamo di essere creature che devono rispondere e collaborare ad una precisa missione affidataci da Dio, quel Dio che preghiamo con le labbra ma che spesso non onoriamo con il cuore. Sono molti i momenti in cui smarriamo il senso della vita, in cui non riconosciamo di dipendere da un Creatore che ci ha dato il compito di essere suoi testimoni.

Riconoscere il nostro peccato, la nostra superbia, la nostra debolezza è

quanto Dio gradisce da ognuno di noi, perché gioisce alla possibilità di donare il suo perdono.

Nel silenzio liberiamoci delle molte scuse che spesso frapponiamo tra una vera coscienza dei nostri errori e la pretesa di una innocenza che spesso non ci appartiene.

Momento di riflessione

Pregheira (Salmo 33)

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

Canto

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

(Es. 20,1-21)

Dio allora pronunciò tutte queste parole: «Io sono il Signore, tuo Dio, che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto, dalla condizione di schiavitù: non avrai altri dei di fronte a me. Non ti farai idolo né immagine alcuna di ciò che è lassù nel cielo né di ciò che è quaggiù sulla terra, né di ciò che è nelle acque sotto la terra. Non ti prostrerai davanti a loro e non li servirai. Perché io, il Signore, sono il tuo Dio, un Dio

geloso, che punisce la colpa dei padri nei figli fino alla terza e alla quarta generazione, per coloro che mi odiano, ma che dimostra il suo favore fino a mille generazioni, per quelli che mi amano e osservano i miei comandi.

Non pronuncerai invano il nome del Signore, tuo Dio, perché il Signore non lascerà impunito chi pronuncia il suo nome invano.

Ricordati del giorno di sabato per santificarlo: sei giorni faticherai e farai ogni tuo lavoro; ma il settimo giorno è il sabato in onore del Signore, tuo Dio: tu non farai alcun lavoro, né tu, né tuo figlio, né tua figlia, né il tuo schiavo, né la tua schiava, né il tuo bestiame, né il forestiero che dimora presso di te. Perché in sei giorni il Signore ha fatto il cielo e la terra e il mare e quanto è in essi, ma si è riposato il giorno settimo. Perciò il Signore ha benedetto il giorno di sabato e lo ha dichiarato sacro.

Onora tuo padre e tua madre, perché si prolunghino i tuoi giorni nel paese che ti dà il Signore, tuo Dio.

Non uccidere.

Non commettere adulterio.

Non rubare.

Non pronunciare falsa testimonianza contro il tuo prossimo.

Non desiderare la casa del tuo prossimo.

Non desiderare la moglie del tuo prossimo, né il suo



schiavo, né la sua schiava, né il suo bue, né il suo asino, né alcuna cosa che appartenga al tuo prossimo». Tutto il popolo percepiva i tuoni e i lampi, il suono del corno e il monte fumante. Il popolo vide, fu preso da tremore e si tenne lontano.

Allora dissero a Mosè: «Parla tu a noi e noi ascolte remo, ma non ci parli Dio, altrimenti moriremo!».

Mosè disse al popolo: «Non abbiate timore: Dio è venuto per mettervi alla prova e perché il suo timore vi sia sempre presente e non pecchiate».

Il popolo si tenne dunque lontano, mentre Mosè avanzò verso la nube oscura, nella quale era Dio.

Commento

(don Fernando Murari)

La vita dell'uomo ha bisogno di una guida, ha necessità di essere presa per mano e condotta a riconoscere il senso della sua presenza in questo mondo e a capire il fine del suo sentire, agire ed amare. Dio, nella sua bontà, interviene nella lunga storia umana con continui suggerimenti, con incessanti inviti. L'uomo sembra capire, ma spesso si dimentica e si allontana dalla vitalità di Dio.

La storia dell'umanità è segnata da questo continuo alternarsi tra l'ascolto e l'abbandono, dal fare il bene e rivelarsi nel male. Nel libro dell'umanità ci sono interi capitoli di violenza, guerra, ingiustizia, lotta, malizia e malvagità. Ci sono anche capitoli di



vittorie, del bene fatto, di giustizia raggiunta, di perdono donato, di amore vissuto e realizzato.

Due pagine della Bibbia hanno illuminato e creato una discriminazione tra il bene e il male.

In esse troviamo sempre quella sapienza che necessita alla nostra intelligenza umana per capire ed amare fino in fondo la nostra vita in tutte le sue manifestazioni.

Accanto al decalogo che guidò e guida ancora la coscienza personale e comunitaria di milioni di persone sparse in tutto il mondo e nei vari secoli della storia, Gesù proclama e approfondisce il messaggio sul come vivere la propria vita con gioia, pienezza e sapienza attraverso un altro brano altrettanto famoso e di facile comprensione. È un'ulteriore pagina che si propone come guida alla nostra coscienza, una pagina da ammirare nella sua semplicità e da condividere nella sua rara espressione di fede che vuole esaltare la vita umana, rispondere ai tanti suoi "perché", accettare le difficoltà che essa inevitabilmente fa incontrare nel corso degli anni; e apre, pur nel mistero, alla speranza cristiana.

*«Beati i poveri in spirito,
perché di essi è il regno dei cieli.*

*Beati gli afflitti,
perché saranno consolati.*

*Beati i miti,
perché erediteranno la terra.*

*Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia,
perché saranno saziati.*

*Beati i misericordiosi,
perché troveranno misericordia.*

Beati i puri di cuore,

*perché vedranno Dio.
Beati gli operatori di pace,
perché saranno chiamati figli di Dio.
Beati i perseguitati per causa della giustizia,
perché di essi è il regno dei cieli.*

Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli. Così infatti hanno perseguitato i profeti prima di voi'.

Quel giorno Gesù, salì su quel colle con i suoi discepoli. Molta gente lo seguì per sentire le sue parole. I suoi discorsi facevano riflettere sia i potenti come gli umili, i ricchi come i poveri, i piccoli come i grandi, i sapienti come gli ignoranti.

Egli sapeva parlare al cuore e chi lo ascoltava rimaneva turbato o felice, offeso o colmo di speranza, umiliato nelle sue ambizioni o compreso nella propria debolezza, accusato per la superbia o difeso per l'umiltà e semplicità.

Gesù annunciava un mondo di pace, un regno di giustizia, una relazione costruita sul perdono e la comprensione, una società in cui ognuno poteva trovare il proprio posto e la propria dignità.

Quel giorno Gesù si fermò per qualche istante a guardare la folla, la vide interessata e pronta all'ascolto.



Quel Gesù è ora qui davanti a noi, ma anche dentro di noi. Guarda il nostro cuore, scruta la nostra mente e osserva le nostre intenzioni. Desidera parlarci e spetta solo a noi aprire l'animo all'ascolto e farlo penetrare nelle pieghe del nostro sentire e del nostro essere.

Momento di meditazione.

Preghiera Comunitaria

Innalziamo la nostra preghiera a Dio Padre e Signore della storia, a Dio che dà vita e illumina il nostro cammino quotidiano, che non si dimentica di noi e che allarga in ogni momento le braccia della sua misericordia. Ripetiamo insieme: **SIGNORE IO CREDO, MA TU AUMENTA LA MIA FEDE!**

1) Signore, nella mia vita conosco momenti di tristezza e di scoraggiamento, momenti in cui la fede mi sembra un'illusione e la preghiera un tempo inutilmente sprecato. Conosco momenti di delusione in cui tutto ciò per cui ho lavorato e sperato sembra svanire nell'inutilità. In quei momenti, Signore, aiutami a credere che Tu ci sei e mi sei vicino con il Tuo silenzio che parla nella profondità del mio cuore. Preghiamo

2) Signore, a volte non sopporto il tuo silenzio, il tuo sguardo che dolcemente mi invita alla pazienza dell'attesa. Spesso mi rattristo per i tempi lunghi che Tu mi inviti ad accettare con umiltà e semplicità. Non sopporto l'invito alla sapienza che quotidianamente bussa alle porte della mia intelligenza di persona che tutto

pretende di raggiungere e che non sa aprirsi al mistero. Signore illumina la mia mente e dammi l'intelligenza per accettare la mia realtà di creatura. Preghiamo

3) Signore, la mia volontà desidera affermarsi al di sopra di tutto e di tutti, talvolta anche al di sopra di Te. Donami lo spirito dell'obbedienza che sa piegarsi al tuo disegno di amore, al tuo modo di condurre la vita e la storia personale e comunitaria. Insegnami Signore a dire quel "sì" che fu di Maria, tua madre, con il quale divenisti come noi. Quel "sì" che sapesti esprimere nell'ora più umiliante della tua vita, quell'ora che ti portò alla morte da cui scaturì la mia salvezza. Preghiamo

4) Signore, donami la gioia che nasce da un animo riconoscente, da un cuore che sa ringraziarti per i tanti doni della vita. Dammi un cuore che non si pieghi sulle contrarietà della vita, un cuore che ama la natura, il mondo, l'uomo, il sorriso e le meraviglie della relazione umana. Aiutami, Signore, ad acquistare e godere la serenità che deriva da una vita vissuta nello sforzo di una coscienza che nulla ha da rimproverarsi, se non le debolezze causate dalla finitezza umana. Preghiamo

Canto

Preghiera finale

Donaci, o Signore, di saper vivere in tutto
il primato del tuo amore
nel nostro cuore e nella nostra vita.
Fa' che sapendoci amati da Te

ci riconosciamo come uomini
chiamati a cantare con la vita
le dolci note della fede, della carità e della speranza.
Ispiraci la gratitudine,
che ci porti ad onorare sempre il tuo nome,
a spendere il tempo per la tua lode,
a santificare ogni giorno la Tua presenza in mezzo a noi.
Aiutaci a guardare il nostro prossimo,
con gli occhi della misericordia
con cui tu raggiungi ed ami ogni uomo.
Liberaci da ogni forma di violenza,
dalla menzogna e dalla sete del possesso.
Donaci la purezza del cuore,
in modo che non si annidi mai la malizia e il pregiudizio,
per poter raggiungere la gioia dei rapporti semplici,
ma forti nell'amicizia sincera ed onesta nella verità.
Rendici operatori di giustizia
e di pace verso tutte le tue creature,
servi per amore dei deboli e poveri.
Fa' che per tutti
possiamo essere un segno della Tua bontà,
che, sola, può cambiare il cuore
e donare senso e bellezza al nostro vivere
e al nostro morire.
Amen

Concludiamo la nostra adorazione davanti alla
SS.ma Eucaristia recitando 3 Ave Maria, 3 Padre
Nostro e 3 Gloria secondo le intenzioni del Santo
Padre Benedetto XVI, che più volte in questi giorni
ha invitato il mondo al rispetto della vita.