



# ADORAZIONE EUCARISTICA

## *“Scegliere Cristo per la Vita”*

a cura di Paolo Baiardelli

### Canto Iniziale

Dopo aver ascoltato quanto ci ha detto Mons. Lambiasi al Convegno Nazionale e prima di intraprendere un cammino di riflessione sulle parole che ci ha indicato, vogliamo inginocchiarci davanti a Gesù Eucaristico per riconfermare la nostra scelta, cosciente e consapevole, di porlo al centro della nostra Vita. Abbiamo meditato sul senso della Vita, vogliamo oggi confermare il nostro SI per essere pronti ad uniformare la nostra vita al disegno Divino che ci viene ricordato ogni qualvolta partecipiamo alla mensa Eucaristica.

### Introduzione

Salmo 121

Alzo gli occhi verso i monti:  
da dove mi verrà l'aiuto?  
Il mio aiuto viene dal Signore:  
che ha fatto cielo e terra.

Non lascerà vacillare il tuo piede,  
non si addormenterà il tuo custode.

Non si addormenterà, non prenderà sonno,  
il custode d'Israele.

Il Signore è il tuo custode,  
il Signore è come ombra che ti copre, e sta alla tua destra.  
Di giorno non ti colpirà il sole, né la luna di notte.

Il Signore ti proteggerà da ogni male, egli proteggerà  
la tua vita.

Il Signore veglierà su di te, quando esci e quando en-  
tri da ora e per sempre!

## **IN ASCOLTO DELLA PAROLA**

### **Dal Vangelo di Giovanni**

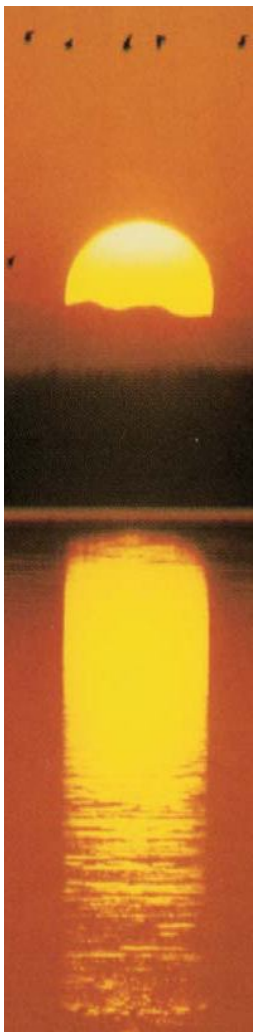
*«E, come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che il Figlio dell'uomo sia innalzato, affinché chiunque crede in lui abbia la vita eterna. Perché Dio ha tanto amato il mondo, che ha dato il suo unigenito Figlio, affinché chiunque crede in lui non perisca, ma abbia la vita eterna. Infatti Dio non ha mandato suo Figlio nel mondo per giudicare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è giudicato; chi non crede è già giudicato, perché non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio. Il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo e gli uomini hanno preferito le tenebre alla luce, perché le loro opere erano malvagie. Perché chiunque fa cose malvagie odia la luce e non viene alla luce, affinché le sue opere non siano scoperte; ma chi mette in pratica la verità viene alla luce, affinché le sue opere siano manifestate, perché sono fatte in Dio».*



## Commento (Mons. Vincenzo Paglia)

Il Vangelo di Giovanni ci dice che la risposta alla domanda sul senso della vita è Gesù, morto e risorto. Anche Nicodemo si sentì rispondere in questo modo con il richiamo all'episodio del serpente in-

nalzato da Mosé nel deserto che salvò la vita degli Israeliti morsi dai serpenti velenosi: *“Come Mosé innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in Lui abbi la vita eterna”*. Già il libro della Sapienza aveva intuito in quell'episodio un segno della salvezza e dell'amore di Dio quando aveva cantato il serpente di bronzo definendolo *“un simbolo della salvezza per ricordare i decreti della legge divina: infatti, chi si volgeva a guardarlo era salvato non da quel che vedeva ma solo da te, salvatore di tutti”* (16, 6-7). Quel serpente posto sull'asta diventa per Giovanni il segno della croce di Cristo *“innalzata”* in mezzo all'umanità. Gesù *“innalzato”*, nel linguaggio giovanneo, non è una immagine tesa a suscitare commiserazione o compassione. Quell'asta innalzata, quella croce piantata sul monte è la fonte della vita; una fonte generosa e senza limiti, gratuita e abbondante: *“Dio ha tanto amato il mondo - continua l'evangelista - da dare il suo Figlio Unigenito, perché chiunque crede in lui non muoia, ma abbia la vita eterna”*. Chiunque viene colpito dai morsi velenosi dei serpenti di oggi, basta



che rivolga gli occhi verso quell'uomo "innalzato" e trova guarigione. Gesù stesso dirà più avanti proprio a Gerusalemme: "Quando sarò elevato da terra, attrarrò tutti a me" (Gv 12, 32). La salvezza come anche il senso della vita, non viene da noi. Ci è donata dall'alto. La presenza del male è una realtà a tal punto persistente da indurre ad un ragionevole fatalismo pessimista. In effetti, con le sole nostre forze come potremmo sradicare il male e la sua più terribile conseguenza che è la morte? C'è da dire che il male nel mondo non è uno sfortunato destino che si abbatte sul mondo, contro cui è impossibile intervenire. Il male nasce dal principe del male e dai suoi servitori e tra essi anche noi, che continuiamo a compiere opere malvage. L'evangelista Giovanni, nell'episodio di Nicodemo, ripete quasi alla lettera le parole scritte nel Prologo: "*La luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno preferito le tenebre alla luce, perché le loro opere erano malvage*" (3, 19). C'è pertanto una responsabilità nell'allargare o nel perpetuare la presenza del male nel mondo che va compresa e quindi recisa. Agli uomini non è chiesto l'impossibile opera di un'auto liberazione dal male. È chiesto solo di alzare lo sguardo da se stessi e di guardare

un po' più in alto, di non restare nel buio dell'egocentrismo e accogliere quella luce che Dio ha inviato nel mondo, di non bloccarsi nell'amore per sé e accorgersi di quell'amore che dall'alto è sceso sulla terra. Anche l'apostolo Paolo, nella lettera agli Efesini, ci ricorda che: *“Dio, ricco di misericordia, per il grande amore con il quale ci ha amati, da morti che eravamo per i peccati, ci ha fatti rivivere con Cristo: per grazia infatti siete stati salvati. Con lui ci ha anche risuscitati e ci ha fatto sedere nei cieli”* (2, 4).  
Come non “rallegrarsi” di queste parole?

*Momento di riflessione.*

## Preghiera

Tratta da *“Strofe dell'anima che soffre per vedere Dio”*,  
di san Giovanni della Croce:

Vivo, ma non vivo in me,  
così alto è quel che spero,  
**che muoio perché non muoio.**

In me io non vivo più,  
senza Dio viver non posso;  
e di Lui e di me priva,  
questa vita che sarà?  
Spero sol che mille morti  
la mia vita si farà,  
**morendo perché non muoio.**

Questa vita che io vivo  
è di viver privazione,  
è perciò morte perenne

finché in te io non vivrò.  
Senti, Dio, quanto ti dico,  
questa vita io non voglio,  
**che muoio perché non muoio.**

Mentre sto da te lontano,  
quale vita posso avere,  
se non a morte soggiacere,  
la peggiore che mai vi fu?  
Ho di me sommo dolore,  
giacché vivo in tal maniera,  
**che muoio perché non muoio.**

O mio Dio! quando sarà  
che io possa dir davvero:  
**vivo già perché non muoio?**

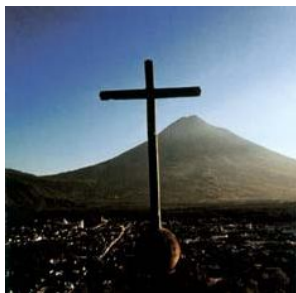
## *Canto*

**Commento** (mons. Antonio Riboldi)

Credo che tutti noi, interrogandoci seriamente sul nostro rapporto con Dio e quindi in che consiste realmente il nostro “credere” in Lui, sentiamo un forte disagio. È come se ci trovassimo a volte di fronte ad una verità; la convinzione che la nostra vita non è solo dono di Dio, ma ha senso se “vive di Dio”, eppure a volte ci sembra che credere sia un vivere alla superficie della fede, senza una vera anima che la faccia “vita”. Quando Gesù apertamente parla di una fede che non è più un “credere solo, ma è un misteriosamente entrare nella vita di Dio e con Dio, con quelle



affermazioni che conosciamo: “Io sono il pane disceso dal cielo”, i discepoli stessi non riuscirono a trattenere la loro contestazione. Non andava proprio giù che Lui, Dio, entrasse così nella nostra vita da diventare “pane che sostiene la vita dello spirito”. Potevano accettare il fatto storico della manna che Dio mandò dal cielo a sfamare i loro antenati nel deserto. Ma era sempre un “pane” che sfamava il corpo. Ma affermare con autorità “Io sono il pane disceso dal cielo” portava il discorso non più alla vita corporale, ma alla vita dello spirito che è quella che contava e conta davanti a Dio; era il discorso di un Amore che non ti dà una mano, ma si fa vita della tua vita. **IL DISCORSO DI UN DIO CHE QUANDO AMA SI DONA.** C’era proprio bisogno che Dio venisse tra di noi solo per darci una mano in questa vita terrena senza andare oltre? Lui vuole essere vissuto, come del resto è proprio nella natura dell’amore. Ma come? Piace riportare una pagina di un grande maestro dello spirito quale era frater René Voillaume, dei piccoli fratelli di Gesù. “Ci sono giorni in cui percepiamo con acutezza sconcertante di condurre una doppia vita: quella che ci è im-

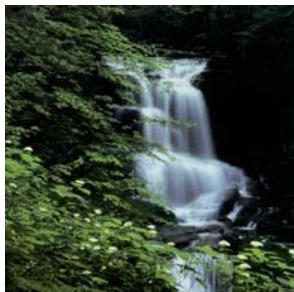


posta da tutto il nostro essere di carne “la vita”, senza più. La sola che abbia un senso presso la massa degli uomini. Questa vita quotidiana è fatta di tutte le sensazioni, i rapporti sociali, i sentimenti, i godimenti di ogni specie che costituiscono la tra-

ma psicologica della nostra esistenza personale e colorano ogni nostra giornata con molte gioie e pene. E poi c'è l'altra, quella che ci imponiamo in nome della nostra fede nelle realtà invisibili ed in nome della nostra coscienza morale. Questa seconda vita in certi momenti ci pare quasi irreale, arbitraria, poiché in definitiva è sospesa ad una libera decisione della nostra volontà, così spesso ricoperta e soffocata dalla invadente foresta vergine delle impressioni e dei sentimenti estemporanei... . Le rare ore di verità e di unità sembra siano quelle in cui la pace e la calma purificata dei sensi si armonizzano con le esigenze dello spirito e della fede... . Questo sentimento abituale di condurre una doppia vita non deve meravigliarci. Non è in nostro potere fare sparire tale sentimento che pure ci mette a disagio e qualche volta lascia in noi l'impressione di non aver saputo scegliere... . Per il nostro equilibrio, non solo religioso ma psicologico, è essenziale mantenere in noi un giudizio di valore su questa duplice corrente della vita. Abbiamo scelto di vivere secondo lo spirito e la fede, ma tale scelta non è mai definitiva:



essa deve essere mantenuta mediante una certezza acquisita dalla superiorità della vita secondo Dio” (Dalle lettere ai nostri fratelli). È un prezioso suggerimento di come non vivere come se Dio non ci fosse, magari fregiandoci del nome di cri-



tiani, ma sapendo conciliare vita e fede. E che la fede a volte metta a dura prova lo dice il brano di Elìa. “Elìa si inoltrò nel deserto una giornata di cammino (stava fuggendo) e andò a sedersi sotto un ginepro. Desideroso di morire disse: “*Ora basta, Signore! Prendi la mia vita, perché io non sono migliore dei miei padri*”. Si coricò e si addormentò. Ecco un angelo lo toccò e gli disse: “*Alzati e mangia*”. Guardò e vide vicino alla sua testa una focaccia cotta su pietre roventi e un orcio di acqua. Mangiò, bevve, quindi tornò a coricarsi. Venne di nuovo l’angelo del Signore, lo toccò e gli disse: “*Su mangia, perché è troppo lungo per te il cammino. Si alzò, mangiò e bevve. Con la forza datagli da quel cibo, camminò per quaranta giorni e quaranta notti fino al monte di Dio, l’Oreb*” (1RE 19,4-8). E se bastò una focaccia cotta con le mani di un Angelo per permettere ad Elia di camminare 40 giorni fino al monte del Signore...quale forza può dare “il pane disceso dal cielo” ? È giusto interrogarci.

### *Momento di meditazione*

## Preghiera Comunitaria

Camminare nella vita senza il Signore non porta alcun frutto. Chiediamo la conversione del cuore e tutti quei doni che rendono possibile il vivere con gli stessi atteggiamenti di Gesù. Ripetiamo insieme: **Ascoltaci, Signore**

**1)** Per quanti scelgono di lavorare nella Tua vigna Signore, perché non abbiano ripensamenti o esitazioni, ma sappiano ogni giorno riconfermare il loro “sì” nell’adesione piena alla Tua volontà. **Preghiamo**

**2)** Quante volte, Signore, forse anche noi siamo stati infedeli, Ti abbiamo illuso a parole, tradito nei fatti. Rendici capaci di professare la fede con la coerenza della nostra vita. **Preghiamo**

**3)** Per quanti hanno voltato le spalle a Cristo e si sono chiusi alla Sua Parola, perché possano pentirsi ed iniziare un cammino di conversione. **Preghiamo**

**4)** “Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo”. Così San Paolo ci esorta a restare uniti nell’amore vivendevole. Perché nelle nostre comunità cristiane non si vivano sentimenti di rivalità, ma ciascuno consideri gli altri superiori a sé stesso. **Preghiamo**

**5)** Il Regno di Dio non è per quelli che si ritengono giusti, ma per coloro che si riconoscono peccatori. Perché sappiamo accostarci al Sacramento della Riconciliazione con cuore umile e pentito. **Preghiamo**

## Canto

## Preghiera finale

### Il Servizio

Per gustare il Pane che toglie la fame  
bisogna seguire te, Cristo,  
facendo ciò che tu hai fatto:  
mettersi in ginocchio, mettersi a servire,  
piegarsi, curvarsi, perché i fratelli  
abbiamo qualcosa da mangiare.  
Tu hai accettato di essere lacerato  
perché talvolta per colmare la fame  
di dignità e di giustizia  
bisogna accettare proprio di essere spezzati;  
perché talvolta è necessario donare tutto,  
anche la vita, pur di prendersi cura  
dei cuori e dei corpi affamati.  
Tu hai accettato di essere frantumato  
perché talvolta,  
per offrire il pane della tenerezza di Dio,  
bisogna accettare di essere spezzati,  
di donarsi totalmente corpo e sangue,  
pur di assicurare il pane che nutre  
l'amore e la fede dei propri fratelli.  
È il paradosso del tuo Vangelo, Signore!  
Servendo il pane si estingue la propria fame!  
Perdendo la vita la si guadagna!

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 e per i cristiani perseguitati nel mondo.

### Canto finale