



## Adorazione Eucaristica

# “Corpo donato a noi”

*A cura di suor Silvana Di Puerto\**

**Guida:** Davanti a Gesù Eucaristia disponiamoci ad ascoltare la sua parola, ad invocare la sua grazia, a vivere della sua amicizia e a dare testimonianza del grande amore che Dio ha per i suoi figli. Chiediamo al Signore, in quest'ora di intima unione con lui, la grazia di renderci testimoni credibili del suo Vangelo.

### Canto di esposizione

**G.** Sia lodato e ringraziato ogni momento

**T.** Il Santissimo e Divinissimo Sacramento.

**G.** Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito santo.

**T.** Come era nel principio e ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen.

**G.** Padre Santo, che ci hai donato il tuo figlio Gesù, rendici forti nell'ascolto della Parola.

**T.** Illumina le nostre menti.

**G.** Gesù, figlio di Dio, che, grazie al tuo sacrificio di croce, ci hai salvato dai nostri peccati, aiutaci a comprendere il tuo messaggio di amore.

**T.** Riempi i nostri cuori di te, Signore.

**G.** Spirito Santo, datore di vita, tu che sei il nostro Consolatore dona i tuoi santi doni a chi confida in te.

**T. Illumina, o Signore, il nostro cammino.**

**G.** “L'uomo di oggi spesso non sa tacere per paura di incontrare se stesso, di svelarsi, di sentire il vuoto che si fa domanda di significato. Egli ha bisogno di imparare un silenzio che permetta all'Altro di parlare, ha bisogno di silenzio per fare spazio alla presenza di Dio” (cfr. san Giovanni Paolo II, *Orientale Lumen*, n. 16). Davanti all'Eucaristia proviamo a fare silenzio, che sia innanzitutto silenzio esteriore ma non solo: diventi disponibilità all'ascolto e capacità di abbandono, coraggio di liberarci dalla paura di guardarci dentro e dalla tentazione di porre dei “filtri”. E lasciamo che in questo silenzio il Signore venga a parlarci. Solo così ci troverà disponibili ad un ascolto fecondo di quanto vorrà dirci.

## Silenzio

**L.** Dio, presente nel segno così fragile del pane, presenza misteriosa del tuo Corpo che hai donato a noi,

**T. Signore, noi ti adoriamo.**

**L.** Dio, presente in questo sacramento della vita, che hai detto: “Non vi lascerò mai soli” e cammini al nostro fianco,

**T. Signore, noi ti adoriamo.**

**L.** Dio risorto, che hai dato la tua vita sulla croce, che hai preso su di te il nostro peccato e che sempre ci perdoni,

**T. Signore, noi ti adoriamo.**

**L.** Dio potente, che regni per i secoli infiniti e chiami l'uomo a vivere per sempre nella gloria del tuo regno,

**T. Signore, noi ti adoriamo.**

**G.** Dio grande, guarda con amore noi tuoi figli che veniamo a te, accogli l'offerta della nostra vita, donaci il tuo Spirito, vieni ad abitare in noi e rendici strumenti del tuo amore. Amen.

## Canto

**G.** Poniamoci in atteggiamento di raccoglimento e recitiamo il Salmo 139

**L.** Signore, tu mi scruti e mi conosci,<sup>2</sup> tu conosci quando mi siedo e quando mi alzo, intendi da lontano i miei pensieri,<sup>3</sup> osservi il mio cammino e il mio riposo, ti sono note tutte le mie vie.<sup>4</sup> La mia parola non è ancora sulla lingua ed ecco, Signore, già la conosci tutta.<sup>5</sup> Alle spalle e di fronte mi circondi e poni su di me la tua mano.<sup>6</sup> Meravigliosa per me la tua conoscenza, troppo alta, per me inaccessibile.

**T.** <sup>7</sup>**Dove andare lontano dal tuo spirito. Dove fuggire dalla tua presenza?** <sup>8</sup>**Se salgo in cielo, là tu sei; se scendo negli inferi, eccoti.** <sup>9</sup>**Se prendo le ali dell'aurora per abitare all'estremità del mare,** <sup>10</sup>**anche là mi guida la tua mano e mi afferra la tua destra.**

**L.** <sup>11</sup>**Se dico: «Almeno le tenebre mi avvolgano e la luce intorno a me sia notte»,** <sup>12</sup>**nemmeno le tenebre per te sono tenebre e la notte è luminosa come il giorno; per te le tenebre sono come luce.**

**T.** <sup>13</sup>Sei tu che hai formato i miei reni e mi hai tessuto nel grembo di mia madre. <sup>14</sup>Io ti rendo grazie: hai fatto di me una meraviglia stupenda; meravigliose sono le tue opere, le riconosce pienamente l'anima mia.

**G.** *Dal silenzio nasce la capacità di ascolto e di interiorizzazione della sua Parola, che ci parla di Dio, del Dio amante della vita dell'uomo.*

## Silenzio prolungato per l'adorazione personale

### Canto

### In ascolto della Parola

**Letttore:** Ascoltiamo la Parola dal vangelo di Marco (Mc 14, 3-9)

<sup>3</sup>Gesù si trovava a Betània, nella casa di Simone il lebbroso. Mentre era a tavola, giunse una donna che aveva un vaso di alabastro, pieno di profumo di puro nardo, di grande valore. Ella ruppe il vaso di alabastro e versò il profumo sul suo capo. <sup>4</sup>Ci furono alcuni, fra loro, che si indignarono: «Perché questo spreco di profumo? <sup>5</sup>Si poteva venderlo per più di trecento denari e darli ai poveri!». Ed erano infuriati contro di lei. <sup>6</sup>Allora Gesù disse: «Lasciatela stare; perché la infastidite? Ha compiuto un'azione buona verso di me. <sup>7</sup>I poveri infatti li avete sempre con voi e potete far loro del bene quando volete, ma non sempre avete me. <sup>8</sup>Ella ha fatto ciò che era in suo potere, ha unto in anticipo il mio corpo per la sepoltura. <sup>9</sup>In verità io vi dico: dovunque sarà proclamato il Vangelo, per il mondo intero, in ricordo di lei si dirà anche quello che ha fatto»

## Per la riflessione

**Letttore:** “Una donna peccatrice e penitente piange il proprio peccato, perché ha trovato l’amore vero, l’Amore in persona, che non la rifiuta. Tutta la sua affettività, tutto il suo potenziale umano di amore, che prima era al servizio del peccato, ora diventa un amore redento, puro. Di fronte a lei sta Simone il fariseo, impeccabile, onesto, generoso: ha persino invitato Gesù nella sua casa! Eppure di lui Gesù non si compiace, perché si ritiene giusto, ama poco e non si accorge che il grande peccato è proprio la durezza di cuore. Non ci accada di essere al posto del fariseo!” (cfr. A.M. Canopi, *Il Vangelo dell’amore*).

“Protagonista è una donna: arriva in casa di Simone mentre tutti sono a mensa e spezza un vaso di alabastro contenente nardo purissimo, un prezioso profumo orientale. I presenti non apprezzano questo gesto: perché questo spreco? Il profumo si poteva vendere; il ricavato si poteva usare per i poveri ...

Questa donna spezza il vaso, quasi che il versarne il contenuto fosse troppo poco per dire il suo desiderio di fare un dono senza riserve; unge il capo di Gesù e riempie la casa di quel profumo al quale affida il compito di esprimere il suo amore; di ricordare a Gesù la sua presenza ben oltre il momento di quell’incontro” (cfr. Bignardi, *Una parola di speranza*).

## Silenzio prolungato per l’adorazione personale

### Canto

**In ascolto del testimone:** Madre Letizia Zagari, nata il 20 settembre 1897.

**Letttore:** “Amare e fare amare Gesù come Maria,

**prima adoratrice del Verbo**”: questo è stato ed è ancora l’ideale della sua vita. “Andare da Gesù per far salire l’incenso della preghiera, per accendere l’amore e dissetare la sua sete di essere amato”. Madre Letizia, infatti, ha voluto che il crocifisso portato dalle suore della Congregazione “Figlie di Nostra Signora”, da lei fondata, avesse la parola “**SITIO**”, “ho sete”, per ricordare che Gesù ha sete di amore, ha sete di noi.

L’imperativo “**Voglio essere**” ha caratterizzato tutta la vita di Madre Letizia, che possiamo descrivere con quattro parole:

**DOCILITÀ**. Madre Letizia è stata docile al progetto di Dio. Non si è fatta domande, non si è opposta. Quando, gradualmente, Dio è entrato nella sua vita, con soavità e fermezza, ha pronunciato il suo primo “**Voglio essere**”. “Voglio essere missionaria dell’Eucaristia. Ai miei fratelli spezzerò il pane della parola racchiusa nel Vangelo”.

**ASCOLTO**. Madre Letizia ha ascoltato l’invito di Dio: “**Vieni e seguimi**”. Dove, Signore, vuoi che io vada? Signore, devo lasciare la mia famiglia, i miei genitori, i miei fratelli, le mie sorelle? Dal profondo del cuore Letizia ha risposto: “Sì, Signore, eccomi. Voglio partecipare con il mio totale amore, insieme a te, alla gloria del Padre”.

La terza parola è **ADORARE**. Madre Letizia è andata dritta al cuore della Chiesa: l’Eucaristia, fonte e culmine della nostra fede. Si è formata ai piedi dell’Eucaristia e dall’Eucaristia si è fatta plasmare: lunghe notti di adorazione, lunghi silenzi, preghiera del cuore. La preghiera illuminava e guidava la sua vita e, colmata di Eucaristia, ha pronunciato con co-

raggio: “Voglio essere tutta carità come si conviene a un’anima eucaristica”.

La quarta parola è **SERVIZIO**. Eucaristia e carità vanno sempre insieme. La sua adorazione si è concretizzata ponendosi a servizio. Madre Letizia, come Gesù, si è messa il grembiule e ha servito le donne in fabbrica, le famiglie bisognose, i bambini, che nel dopoguerra avevano perso i genitori, ha accolto ebrei nella propria casa. Tutta la sua vita è stata caratterizzata da questo desiderio: “Voglio solo conoscere Lui, Gesù, Crocifisso per amor mio”.

## Silenzio per l’adorazione personale

### Canto

**G.** *L’istituzione dell’Eucaristia rappresenta il culmine dell’amore di Dio: nell’ultima cena Gesù si fa pane per la nostra fame, per diventare una cosa sola con colui che ne mangia. È l’amore che si dona senza mezze misure, prefigurato da quello della donna di Betania, che, alla scuola del Signore, gli fa dono di tutto ciò che possiede, allo stesso modo in cui Lui ci dona se stesso.*

**Tutti:** **Ti preghiamo, Signore, per quanti non hanno il coraggio di lasciarsi amare da te, perché temono di perdersi in questo amore, per quanti ti cercano solo con la loro ragione, e non riescono ad avventurarsi lungo i sentieri incerti e misteriosi dell’amore, del dono di sé, del perdere se stessi per trovarti.**

**G.** *La donna di Betania ci apre così ad un cammino di sequela che supera le logiche dell’amore umano, invitandoci ad un Amore che solo nel dono trova la sua logica.*

**L.** Dalla casa di Betania al Cenacolo, dall'amore all'Amore. Questo incontro, come tanti altri che leggiamo nei vangeli, è una forte provocazione a lasciarci incontrare da Gesù, a fargli spazio nella nostra vita. Ma questo incontro è possibile solo se mettiamo da parte noi stessi e ci mettiamo ai suoi piedi, come ha fatto questa donna, rischiando in nome di un Amore che supera le critiche e la vergogna. È possibile solo se riusciamo a fermarci davanti al Cristo che passa e a fare dell'Eucaristia il nostro "ringraziamento", spezzando i nostri vasi di alabastro nel quotidiano della nostra vita.

**G.** *Come Gesù, anche noi, possiamo "spezzarci" per il mondo, per gli altri, per la Chiesa, e così possiamo riempire i nostri ambienti di profumo, come il nardo della donna di Betania.*

**Tutti:** "Signore, hai gridato e hai vinto la mia sordità; hai brillato e dissipato la mia cecità; mi hai toccato e ardo dal desiderio della tua pace" (*Sant'Agostino, Confessioni*).

**G.** *Spezziamo anche noi il nostro vaso di alabastro. È pieno del profumo della nostra vita, della nostra libertà, del nostro desiderio di amore. E con le parole che Gesù ci ha insegnato diciamo:*

**Tutti:** *Padre nostro ...*

**Canto:** Tantum ergo Sacramentum, veneremur cernui.  
Et antiquum documentum novo cedat ritui.  
Praestet fides supplementum sensuum defectui.  
Genitori Genito-



que laus et jubilatio, salus, honor, virtus quoque, sit et benedictio. Procedenti ab utroque compar sit laudatio. Amen.

**Guida:** *Preghiamo.* Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo corpo e del tuo sangue, per sentire sempre in noi i benefici della redenzione. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

## **Benedizione Eucaristica**

### **Acclamazioni**

Dio sia benedetto.

Benedetto il suo santo nome.

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero uomo.

Benedetto il nome di Gesù.

Benedetto il suo sacratissimo Cuore.

Benedetto il suo preziosissimo Sangue.

Benedetto Gesù nel santissimo Sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

Benedetta la gran madre di Dio, Maria santissima.

Benedetta la sua santa e immacolata concezione.

Benedetta la sua gloriosa assunzione.

Benedetto il nome di Maria, vergine e madre.

Benedetto San Giuseppe, suo castissimo sposo.

Benedetto Iddio, nei suoi angeli e nei suoi santi.

### **Canto finale**

*\*Figlie Di Nostra Signora dell'Eucaristia*