

Foligno - Mercoledì 12 agosto 2015

## Adorazione Eucaristica

### CONTEMPLARE LA SOLITUDINE DI GESÙ

ESPOSIZIONE DEL SANTISSIMO SACRAMENTO  
A CURA DEL MINISTRO ORDINATO  
(O STRAORDINARIO SE COMANDATO)

#### CANTO DI ESPOSIZIONE

T'adoriam Ostia Divina, t'adoriam Ostia d'Amor

#### *L'assemblea:*



Ti adoro con trepidazione, o Dio nascosto, che sotto questi segni davvero sei presente. A te il mio cuore tutto si abbandona, perché contemplando Te, tutto il resto è come niente.  
(S. Tommaso d'Aquino)

#### *Silenzio per l'adorazione e preghiera personale*

*Almeno 10' minuti di raccoglimento*

#### PRIMA LETTURA:

*A CURA DEL LETTORE CHE GUIDA L'ADORAZIONE*

MATTEO 14:23-33

Congedata la folla, salì sul monte, solo, a pregare. Venuta la sera, Egli se ne stava ancora solo lassù. La barca intanto distava già qualche miglio da terra ed era agitata dalle onde, a causa del vento contrario. Verso la fine della notte Egli venne verso di loro camminando sul mare. I discepoli, a vederlo camminare sul mare, furono turbati e dissero: «È un fantasma» e si misero a gridare dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro: «Coraggio, sono io, non abbiate paura». Pietro gli disse: «Signore, se sei tu, comanda che io venga da te sulle acque». Ed egli disse: «Vieni!». Pietro, scendendo dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù. Ma per la violenza del vento, s'impaurì e, cominciando ad

affondare, gridò: «Signore, salvami!». E subito Gesù stese la mano, lo afferrò e gli disse: «Uomo di poca fede, perché hai dubitato?».

Appena saliti sulla barca, il vento cessò. Quelli che erano sulla barca gli si prostrarono davanti, esclamando: «Tu sei veramente il figlio di Dio!»

(DOPO UN PAIO DI MINUTI DI INTERVALLO)

GIOVANNI 16:32-33

Ecco, verrà l'ora, anzi è già venuta, in cui vi disperderete ciascuno per conto proprio e mi lascerete solo; ma io non sono solo, perché il Padre è con me.

Vi ho detto queste cose perché abbiate pace in me. Voi avrete tribolazione nel mondo, ma abbiate fiducia; io ho vinto il mondo!

(FAR SEGUIRE ALTRI DUE/TRE MINUTI DI PAUSA)

#### MEDITAZIONE PROPOSTA

#### *Il lettore:*

Meditare la solitudine di Gesù è impossibile senza gettare uno sguardo attento su quella dei "suoi", che è solitudine di paura, di dispersione, frustrazione e tribolazione.

Se è dei "suoi" non può che essere nostra, come singoli e come Chiesa militante, poichè i santi e le anime in via di purificazione, non hanno questo assillo ed anzi alleviano, direttamente o di riflesso, per Cristo, con Cristo ed in Cristo, la battaglia sostenuta nel nostro tempo, di lotta e di grazia.

Ma la solitudine resta la via obbligata di chi vuole trasfigurare la sua fragile umanità peccatrice, non per proprio merito, tramite stoici sforzi, ma per la potenza della grazia che gratuitamente data, fruttifica solo con la nostra resa, l'abbandono alla Divina Volontà, la decisione di seguire Cristo, così, dall'unione ipostatica alla Sua Santa Umanità, Lui ci unisce alla Sua stessa Divinità, coeterna al Padre ed allo Spirito.

Meno non è possibile. Riflettiamo!

Aspirare a meno è restare sempre di qua del guado.

"Chi non è me è contro di me"- Dice il Signore.

Sarebbe l'essere vinti dal mondo o tentare di accomodarsi in esso, illusoriamente, in una falsa unità ed ingannevole pace. Infatti questo mondo disperde e tradisce, essendo governato dal suo principe.

Cristo non fugge ma cerca proprio nella solitudine la via della mistica Comunione al Padre, che è lo Spirito Santo medesimo, lo Spirito è donato a noi. Solo infatti adorando, in Spirito e Verità, siamo con il Figlio uniti al Padre, e davvero uniti ai fratelli, partendo dai più prossimi, fino ai lontani, i nemici, per cui verseremo lacrime di pietà, non di dolore per le ferite ricevute.

Come è possibile questo al nostro cuore di pietra ed alle nostre menti ottenebrate?

Come è stato dato a Pietro di camminare inizialmente sulle acque?

Certo, camminò leggero, finché non sentì addosso di nuovo tutta la zavorra, delle cose passate, dello scervellarsi per il futuro.

Per questo il Signore dice: "Lascia che i morti seppelliscano i morti"... "Vieni e seguimi!"

Sappiamo allora che restassimo pure soli sulla terra non lo saremo mai nei Cieli e proveremo nel nascondimento dei cuori in Cristo, la sublime tenerezza di Dio.

Pur con mille amicizie ed amori terreni, i più fedeli congiunti accanto, senza Cristo e lo Spirito non possiamo fare nulla.

*Silenzio per l'adorazione e la preghiera personale  
per altri 10"*

IL LETTORE DICE:

PREGHIAMO ADESSO, SORELLE E FRATELLI, COME UN SOLO MISTICO CORPO

*L'assemblea:*

Stammi ancor vicino, Signore.

Tieni la tua mano sul mio capo,  
ma fa' che anch'io tenga il capo  
sotto la tua mano.

Prendimi come sono,  
con i miei difetti, con i miei peccati,  
ma fammi diventare come tu desideri  
e come anch'io desidero.

*Amen.*

(Giovanni Paolo I)

Breve pausa....

INVOCAZIONI

*Il lettore:*

**R/.** Ti adoriamo e ti benediciamo, Signore Gesù!

*L'assemblea ripete:* Ti adoriamo e ti benediciamo, Signore Gesù

1. Vieni Signore, visita le nostre solitudini e prendi dimora nel nostro cuore. **R/.**

2. Signore, fa' che non dimentichiamo le tue parole: "Ecco, ti ho disegnato sulle palme delle mie mani". **R/.**

3. Signore, la nostra condizione di genitori talvolta ci fa sentire smarriti, soprattutto quando vediamo il disorientamento e le difficoltà dei nostri figli. Signore, proteggili con la forza del Tuo Spirito nella battaglia quotidiana, e secondo la Tua volontà e provvidenza, liberali da ogni male, fisico, psichico e soprattutto spirituale. **R/.**

4. Fa' che la Chiesa sia davvero Famiglia delle famiglie, riunite intorno alla Tua Persona nel Giovedì Santo, e tuttavia trovi nel momento della separazione, che sarà dolorosa e terribile, la forza di seguirTi, dal Monte del Sacrificio fino al buio del Sepolcro, per risorgere alla Luce dell'alba senza tramonto, e ascendere rigenerati dalla potenza dello Spirito Santo.

Tu, Signore Gesù, oggi nei Segni Sacri e nella preghiera del cuore, ci dai di questo la caparra **R/.**

*Silenzio la preghiera personale di supplica*

Dopo 2/3'

Padre Nostro

Segue Salmo:

*Assemblea (a cori alterni):*

(Salmo 25)

A te, Signore, elevo l'anima mia,  
Dio mio, in te confido: non sia confuso!  
Non trionfino su di me i miei nemici!  
Chiunque spera in te non resti deluso,  
sia confuso chi tradisce per un nulla.

Fammi conoscere, Signore, le tue vie,  
insegnami i tuoi sentieri.

Guidami nella tua verità e istruiscimi,  
perché sei tu il Dio della mia salvezza,  
in te ho sempre sperato.

Ricordati, Signore, del tuo amore,  
della tua fedeltà che è da sempre.  
Non ricordare i peccati della mia giovinezza:  
ricordati di me nella tua misericordia,  
per la tua bontà, Signore.

Buono e retto è il Signore,  
la via giusta addita ai peccatori;  
guida gli umili secondo giustizia,  
insegna ai poveri le sue vie.

Tutti i sentieri del Signore sono verità e grazia  
Per chi osserva il suo patto e i suoi precetti.  
Per il tuo nome, Signore,  
perdona il mio peccato anche se grande.

Chi è l'uomo che teme Dio?  
Gli indica il cammino da seguire.  
Egli vivrà nella ricchezza,  
la sua discendenza possederà la terra.

Il Signore si rivela a chi lo teme,  
gli fa conoscere la sua alleanza.  
Tengo i miei occhi rivolti al Signore,  
perché libera dal laccio il mio piede.

Volgiti a me e abbi misericordia,  
perché sono solo ed infelice.  
Allevia le angosce del mio cuore,  
liberami dagli affanni.

Vedi la mia miseria e la mia pena  
e perdona tutti i miei peccati.  
Guarda i miei nemici: sono molti  
e mi detestano con odio violento.

Proteggimi, dammi salvezza;  
al tuo riparo io non sia deluso.  
Mi proteggano integrità e rettitudine,  
perché in te ho sperato.

O Dio, libera Israele  
da tutte le sue angosce.

#### PREGHIERA FINALE

O Padre, che nella morte e risurrezione del tuo  
Figlio hai redento tutti gli uomini, custodisci in noi  
l'opera della tua misericordia, perché nell'assidua  
celebrazione del mistero pasquale riceviamo i frutti  
della nostra salvezza. Per Cristo nostro Signore.

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 ed Immacolata Concezione  
Benedetta la sua gloriosa Assunzione.  
Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.  
Benedetto San Giuseppe suo castissimo sposo.  
Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

#### RIPOSIZIONE CON GENUFLESSIONE DI TUTTA L'ASSEMBLEA CON SOMMA CURA DEL MINISTRO

#### SUPPLICA DI COMPIETA ALLA VERGINE

Sotto la Tua protezione  
cerchiamo rifugio  
Santa Madre di Dio.  
Non disprezzare le suppliche  
Di noi che siamo nella prova  
e liberaci da ogni pericolo  
Vergine gloriosa e benedetta!



#### CANTO DI REPOSIZIONE