



SUORE
Sacramentine
di BERGAMO

ADORAZIONE EUCARISTICA



Mio Signore e mio Dio!

CANTO:

GUIDA: Cristo Risorto, si manifesta, ci interroga, ma solo l'amore vede più in profondità permettendoci di riconoscerLo nell'oggi della vita. In questa adorazione, abbiamo accolto un invito. Gesù Risorto ci ha convocati alla sua presenza qui nell'Eucaristia e ci chiede di non avere fretta, di lasciare da parte i pensieri e le preoccupazioni per stare qui davanti a Lui che è qui per noi. In questo tempo siamo chiamati a fare esperienza di Cristo per riconoscerlo nella quotidianità, aiutando chi ci è accanto ad andargli incontro.

INVOCHIAMO INSIEME LO SPIRITO SANTO:

Venga il tuo Spirito, Signore, come la brezza primaverile che fa fiorire la vita e la schiude d'amore; venga il tuo Spirito come l'uragano che scatena una forza sconosciuta e solleva le energie addormentate; venga il tuo Spirito sul nostro sguardo per portarlo verso orizzonti più lontani e più vasti; venga nel nostro cuore per farlo bruciare di un ardore avido d' irradiare; venga il tuo Spirito, Signore, sulle nostre mani stanche per rianimarle e rimetterle gioiosamente all'opera; venga il tuo Spirito fin dall'aurora per portare con sé tutta la giornata in uno slancio generoso; venga all'avvicinarsi della notte per conservarci nella tua luce e nel tuo favore. Venga il tuo Spirito su di noi, per far abbondare pensieri fecondi che rasserenano. Venga e rimanga in tutta la nostra vita. (G. Vannucci)

GUIDA: PREGHIAMO INSIEME CON IL SALMO 102

Benedici il Signore, anima mia, quanto è in me benedica il suo santo nome. Benedici il Signore, anima mia, non dimenticare tanti suoi benefici. Egli perdona tutte le tue colpe, guarisce tutte le tue malattie; salva dalla fossa la tua vita, ti corona di grazia e di misericordia. Buono e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande nell'amore. Non ci tratta secondo i nostri peccati, non ci ripaga secondo le nostre colpe. Come il cielo è alto sulla terra, così è grande la sua misericordia su quanti lo temono; Come dista l'oriente dall'occidente, così allontana da noi le nostre colpe. Come un padre ha pietà dei suoi figli, così il Signore ha pietà di quanti lo temono. Perché egli sa di che siamo plasmati, ricorda che noi siamo polvere. Benedite il Signore, voi tutti suoi angeli, potenti esecutori dei suoi comandi, pronti alla voce della sua parola. Benedite il Signore, voi tutte, sue schiere, suoi ministri, che fate il suo volere. Benedite il Signore, voi tutte opere sue, in ogni luogo del suo dominio. Benedici il Signore, anima mia. Gloria al Padre....

LETT.: ASCOLTIAMO DAL VANGELO DI GIOVANNI (20, 19 -31)

La sera di quel giorno, il primo della settimana, mentre erano chiuse le porte del luogo dove si trovavano i discepoli per timore dei Giudei, venne Gesù, stette in mezzo e disse loro: «Pace a voi!». Detto questo, mostrò loro le mani e il fianco. E i discepoli gioirono al vedere il Signore. Gesù disse loro di nuovo: «Pace a voi! Come il Padre ha mandato me, anche io mando voi». Detto questo, soffiò e disse loro: «Ricevete lo Spirito Santo. A coloro a cui perdonerete i peccati, saranno perdonati; a coloro a cui non perdonerete, non saranno perdonati». Tommaso, uno dei Dodici, chiamato Dìdimò, non era con loro quando venne Gesù. Gli dicevano gli altri discepoli: «Abbiamo visto il Signore!». Ma egli disse loro: «Se non vedo nelle sue mani il segno dei chiodi e non metto il mio dito nel segno dei chiodi e non metto la mia mano nel suo fianco, io non credo». Otto giorni dopo i discepoli erano di nuovo in casa e c'era con loro anche Tommaso. Venne Gesù, a porte chiuse, stette in mezzo e disse: «Pace a voi!». Poi disse a Tommaso: «Metti qui il tuo dito e guarda le mie mani; tendi la tua mano e mettila nel mio fianco; e non essere incredulo, ma credente!». Gli rispose Tommaso: «Mio Signore e mio Dio!». Gesù gli disse: «Perché mi hai veduto, tu hai creduto; beati quelli che non hanno visto e hanno creduto!». Gesù, in presenza dei suoi discepoli, fece molti altri segni che non sono stati scritti in questo libro. Ma questi sono stati scritti perché crediate che Gesù è il Cristo, il Figlio di Dio, e perché, credendo, abbiate la vita nel suo nome.

PREGHIAMO INSIEME: Vieni, resta con noi Signore, e anche quando trovi chiusa la porta del nostro cuore per timore o per viltà, entra ugualmente. Il tuo saluto di pace è balsamo che scioglie le nostre paure; è dono che apre il cammino a nuovi orizzonti. Dilata gli angusti spazi del nostro cuore. Rinsalda la nostra fragile speranza e donaci occhi penetranti per scorgere nelle tue ferite d'amore i segni della tua gloriosa risurrezione. Spesso anche noi siamo increduli, bisognosi di toccare e di vedere per poter credere e saperci affidare. Fa' che, illuminati dal tuo Spirito, possiamo essere annoverati tra i beati che, pur non avendo visto, hanno creduto. Amen

IN SILENZIO ADORIAMO

CANTO:

GUIDA: «Pace a voi!»: è il saluto che Cristo porta ai suoi discepoli; è la stessa pace, che attendono gli uomini del nostro tempo. Non è una pace negoziata, non è la sospensione di qualcosa che non va: è la sua pace, la pace che proviene dal cuore del Risorto, la pace che ha vinto il peccato, la morte e la paura. È la pace che non divide, ma unisce; è la pace che non lascia soli, ma ci fa sentire accolti e amati; è la pace che permane nel dolore e fa fiorire la speranza. Questa pace, come nel giorno di Pasqua, nasce e rinasce sempre dal perdono di Dio, che toglie l'inquietudine dal cuore. Essere portatrice della sua pace: questa è la missione affidata alla Chiesa il giorno di Pasqua. Siamo nati in Cristo come strumenti di riconciliazione, per portare a tutti il perdono del Padre, per rivelare il suo volto di solo amore nei segni della misericordia.
(Da una omelia di papa Francesco)

PREGHIAMO INSIEME: Signore, io credo: io voglio credere in Te.

O Signore, fa' che la mia fede sia piena, senza riserve, e che essa penetri nel mio pensiero, nel mio modo di giudicare le cose divine e le cose umane. O Signore, fa' che la mia fede sia libera: cioè abbia il concorso personale della mia adesione, accetti le rinunce ed i doveri che essa comporta e che esprima l'apice decisivo della mia personalità: credo in Te, Signore. O Signore, fa' che la mia fede sia certa; certa d'una sua esteriore congruenza di prove e d'una interiore testimonianza dello Spirito Santo, certa di una sua luce rassicurante, d'una sua conclusione pacificante, d'una sua assimilazione riposante. O Signore, fa' che la mia fede sia forte; non tema le contrarietà e i problemi, onde è piena l'esperienza della nostra vita avida di luce; non tema le avversità di chi la discute, la impugna, la rifiuta, la nega; ma si rinsaldi l'intima prova della Tua verità, resista alla fatica della critica, si corrobora nella affermazione continua sormontante le difficoltà dialettiche e spirituali, in cui si svolge la nostra temporale esistenza. O Signore, fa' che la mia fede sia gioiosa e dia pace e letizia al mio spirito, e lo abiliti all'orazione con Dio ed alla consacrazione con gli uomini, così che irradi nel colloquio sacro e profano l'intera beatitudine del suo fortunato possesso. O Signore, fa' che la mia fede sia operosa e dia ala carità le ragioni della sua espansione morale, così che sia vera amicizia con Te e sia in Te nelle opere, nelle sofferenze, nell'attesa della rivelazione finale, una continua testimonianza, un alimento continuo di speranza. O Signore, fa' che la mia fede sia umile e non presuma fondarsi sull'esperienza del mio pensiero e del mio sentimento; ma si arrenda alla testimonianza dello Spirito Santo, e non abbia altra migliore garanzia che nella docilità alla Tradizione ed all'autorità del Magistero della santa Chiesa. (S. Paolo VI)

IN SILENZIO ADORIAMO

GUIDA: I discepoli erano chiusi in casa per paura dei giudei. Hanno tradito, sono scappati, hanno ancora paura. E tuttavia Gesù viene. Una comunità chiusa dove non si sta bene, porte e finestre sbarrate, dove manca l'aria e ci si sente allo stretto. E tuttavia Gesù viene. Non al di sopra, non ai margini, ma, dice il Vangelo, in mezzo a loro. E dice: Pace a voi. Non si tratta di un augurio o di una promessa, ma di una affermazione: la pace è, la pace qui. Pace che scende dentro di voi, che proviene da Dio. È pace sulle vostre paure, sui vostri sensi di colpa, sui sogni non raggiunti, sulle insoddisfazioni che scolorano i giorni. Qualcuno però va e viene da quella stanza, entra ed esce: i due di Emmaus, Tommaso il coraggioso. Gesù e Tommaso, loro due cercano. Si cercano. Otto giorni dopo, erano ancora lì tutti insieme. Gesù ritorna, nel più profondo rispetto: invece di rimproverarli, si mette a disposizione delle loro mani. Tommaso non si era accontentato delle parole degli altri dieci; non di un racconto aveva bisogno, ma di un incontro con il suo Signore. Che viene una prima volta ma poi ritorna, che invece di imporsi, si propone; invece di ritrarsi, si espone alle mani di Tommaso: Metti qui il tuo dito; tendi la tua mano e mettila nel mio fianco. La risurrezione non ha richiuso i fori dei chiodi, non ha rimarginato le labbra delle ferite. Perché la morte di croce non è un semplice incidente da superare: quelle ferite sono la gloria di Dio, il punto più alto dell'amore, e allora resteranno eternamente aperte. Su quella carne l'amore ha scritto il suo racconto con l'alfabeto delle ferite, indelebili ormai come l'amore stesso. Il Vangelo non dice che Tommaso abbia davvero toccato, messo il dito nel foro. A lui è bastato quel Gesù che si propone, ancora una volta, un'ennesima volta, con questa umiltà, con questa fiducia, con questa libertà, che non si stanca di venire incontro, che non molla i suoi, neppure se loro l'hanno abbandonato. È il suo stile, è Lui, non ti puoi sbagliare: mio Signore e mio Dio. Perché mi hai veduto, hai creduto; beati quelli che non hanno visto e hanno creduto! Una beatitudine per noi che non vediamo, che cerchiamo a tentoni e facciamo fatica, che finalmente

sento mia. Grande educatore, Gesù: forma i suoi alla libertà, a essere liberi dai segni esteriori, alla ricerca personale più che alla docilità. Beati i credenti! La fede è il rischio di essere felici. Una vita non certo più facile, ma più piena e vibrante. Ferita sì, ma luminosa. Così termina il Vangelo, così inizia il nostro discepolato: col rischio di essere felici, portando le nostre piaghe di luce.

IN SILENZIO ADORIAMO

CANTO:

PREGHIAMO INSIEME: Ti ringrazio Gesù, mio Signore e mio Dio, che mi hai amato e chiamato, reso degno di essere tuo discepolo, che mi hai dato lo Spirito, il mandato di annunciare e testimoniare la tua risurrezione, la misericordia del Padre, la salvezza e il perdono per tutti gli uomini e tutte le donne del mondo. Tu veramente sei la via, la verità e la vita, aurora senza tramonto, sole di giustizia e di pace. Fammi rimanere nel tuo amore, legato come tralcio alla vite, dammi la tua pace, così che possa superare le mie debolezze, affrontare i miei dubbi, rispondere alla tua chiamata e vivere pienamente la missione che mi hai affidato, lodandoti in eterno. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

PREGHIAMO INSIEME E DICIAMO: DONA A NOI LA PACE

- ♥ Signore risorto, consegnato alla morte a causa delle nostre colpe e risuscitato per la nostra giustificazione
- ♥ Signore Risorto, morto e ritornato alla vita per essere il Signore dei morti e dei vivi
- ♥ Signore risorto, costituito Figlio di Dio con Potenza, secondo lo Spirito di santità Signore risorto, compimento delle profezie e fondamento della nostra fede
- ♥ Signore risorto, la pietra che è stata scartata dai costruttori, ma che è diventata la pietra d'angolo:

- ♥ Signore risorto, in cui tutto si rinnova e noi diventiamo nuove creature
- ♥ Signore risorto, primizia di coloro che sono morti e promessa della nostra risurrezione
- ♥ Signore risorto, in cui è piaciuto a Dio di far abitare ogni pienezza
- ♥ Signore risorto, che sei entrato nel cielo stesso, per comparire al cospetto di Dio a nostro favore
- ♥ Signore risorto, mediante il quale Dio ci ha riconciliati con sé e ci ha perdonati
- ♥ Signore risorto, per mezzo del quale possiamo presentarci al Padre in un solo Spirito
- ♥ Signore risorto, che hai ricevuto dal Padre lo Spirito Santo promesso
- ♥ Signore risorto, che sei stato costituito il giudice dei vivi e dei morti
- ♥ Signore risorto, causa ed esempio della nostra risurrezione
- ♥ Signore risorto, che hai il potere di dare la vita eterna a coloro che credono in Te
- ♥ Signore risorto, che sei la Via, la Verità e la Vita per tutti

PREGHIERA DEL GIUBILEO: Padre che sei nei cieli, la fede che ci hai donato nel tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello, e la fiamma di carità effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo, ridestino in noi, la beata speranza per l'avvento del tuo Regno. La tua grazia ci trasformi in coltivatori operosi dei semi evangelici che lievitano l'umanità e il cosmo, nell'attesa fiduciosa dei cieli nuovi e della terra nuova, quando vinte le potenze del Male, si manifesterà per sempre la tua gloria. La grazia del Giubileo ravvivi in noi Pellegrini di Speranza, l'anelito verso i beni celesti e riversi sul mondo intero la gioia e la pace del nostro Redentore. A te Dio benedetto in eterno sia lode e gloria nei secoli.

CANTO: REGINA CAELI LAETARE...

