

Adorazione con il Vangelo

Santissimo Corpo e Sangue di Cristo “Anno C”

Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò.



Preghiera iniziale

“Dio Padre buono, che ci raduni in festosa assemblea per celebrare il sacramento pasquale del Corpo e Sangue del tuo Figlio, donaci il tuo Spirito, perché nella partecipazione al sommo bene di tutta la Chiesa, la nostra vita diventi un continuo rendimento di grazie, espressione perfetta della lode che sale a te da tutto il creato.”

G. La celebrazione della solennità del “Corpo e Sangue di Cristo”, introdotta da papa Urbano IV nel 1264, è per noi oggi motivo di riflessione, di lode e ringraziamento e di profonda adorazione e contemplazione. È tornare con il cuore e la mente alle radici del nostro essere Chiesa, del nostro vivere e del nostro morire. È tuffarci in modo tutto particolare nelle sorgenti della salvezza. Ad ogni Celebrazione Eucaristica è il Signore che viene a noi e ci raduna come popolo perché, “in festosa assemblea celebriamo il sacramento pasquale del suo Corpo e del suo Sangue”. Egli è l’unico, sommo ed eterno sacerdote che per noi diviene offerta sull’altare della croce e che a noi si offre oggi “in apparenza umile” (S. Francesco). Il pane e il vino, che per le mani del sacerdote diverranno il Corpo e il Sangue del Signore, sono il segno di un Dio che mai si stanca di incarnarsi per essere accanto all’uomo. Egli “ogni giorno si umilia, come quando dalla sede regale discese nel grembo della Vergine; ogni giorno viene a noi in apparenza umile; ogni giorno discende dal seno del Padre sopra l’altare nelle mani del sacerdote”. È il mistero dell’incarnazione che si rinnova ad ogni

celebrazione. È mistero d’amore che rinnova il sacrificio di Cristo contemplato e celebrato dalla Chiesa nel Triduo Pasquale.

Tutti: Sequenza

Ecco il pane degli angeli,
pane dei pellegrini,
vero pane dei figli:
non dev’essere gettato.

Con i simboli è annunziato,
in Isacco dato a morte,
nell’agnello della Pasqua,
nella manna data ai padri.

Buon pastore, vero pane,
o Gesù, pietà di noi:
nutrici e difendici,
portaci ai beni eterni
nella terra dei viventi.

Tu che tutto sai e puoi,
che ci nutri sulla terra,
conduci i tuoi fratelli
alla tavola del cielo
nella gioia dei tuoi santi.

Alleluia. Alleluia- “Io sono il pane vivo, disceso dal cielo, dice il Signore, se uno mangia di questo pane vivrà in eterno.” **Alleluia**

✠ *Dal Vangelo secondo Luca: (Lc 9, 11-17)*

In quel tempo, Gesù prese a parlare alle folle del regno di Dio e a guarire quanti avevano bisogno di cure. Il giorno cominciava a declinare e i Dodici gli si avvicinarono dicendo: «Congeda la folla perché vada nei villaggi e nelle campagne dei dintorni, per alloggiare e trovare cibo: qui siamo in una zona deserta». Gesù disse loro: «Voi stessi date loro da mangiare». Ma essi risposero: «Non abbiamo che cinque pani e due pesci, a meno che non andiamo noi a comprare viveri per tutta questa gente». C'erano infatti circa cinquemila uomini. Egli disse ai suoi discepoli: «Fateli sedere a gruppi di cinquanta circa». Fecero così e li fecero sedere tutti quanti. Egli prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò su di essi la benedizione, li spezzò e li dava ai discepoli perché li distribuissero alla folla. Tutti mangiarono a sazietà e furono portati via i pezzi loro avanzati: dodici ceste. *Parola del Signore.*

Pausa di Silenzio

G. Gesù Cristo ha inteso fare un gesto d'amore: in questo pane che è il suo corpo, in questo vino che è il suo sangue, egli dona se stesso. Si darà sulla croce fino alla fine; ma la sera del Giovedì Santo ha concentrato tutto il suo amore nel suo Corpo e nel suo Sangue... L'Eucaristia può essere compresa soltanto nell'amore. Gesù Cristo ha inteso fare un gesto di offerta, ha istituito l'Eucaristia perché questi avvenimenti salvifici non rimanessero imprigionati nella storia, ma fossero presenti a tutti gli uomini di ogni tempo. Gesù Cristo ci trascina così nel movimento del suo dono; egli continua in mezzo a noi, attraverso di noi e con noi, a offrirsi al Padre: "Egli volle perpetuare nei secoli il memoriale della sua passione".

Dal Salmo 109: Rit. Tu sei sacerdote per sempre, Cristo Signore.

Sol. Oracolo del Signore al mio signore: «Siedi alla mia destra finché io ponga i tuoi nemici a sgabello dei tuoi piedi». **Rit.**

Sol. Lo scettro del tuo potere stende il Signore da Sion: domina in mezzo ai tuoi nemici! **Rit.**

Sol. A te il principato nel giorno della tua potenza tra santi splendori; dal seno dell'aurora, come rugiada, io ti ho generato. **Rit.**

Sol. Il Signore ha giurato e non si pente: «Tu sei sacerdote per sempre al modo di Melchisedek». **Rit.**

Pausa di Silenzio

Celebriamo la festa dell'Eucaristia, la solennità del Corpo e Sangue del Signore, che Egli ha istituito nell'Ultima Cena e che costituisce il tesoro più prezioso della Chiesa.

L'Eucaristia è come il cuore pulsante che dà vita a tutto il corpo mistico della Chiesa: un organismo sociale tutto basato sul legame spirituale ma concreto con Cristo.

Come afferma l'apostolo Paolo: "Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo: tutti infatti partecipiamo dell'unico pane". Senza l'Eucaristia la Chiesa semplicemente non esisterebbe.

È l'Eucaristia, infatti, che fa di una comunità umana un mistero di comunione, capace di portare Dio al mondo e il mondo a Dio.

Lo Spirito Santo, che trasforma il pane e il vino nel Corpo e Sangue di Cristo, trasforma anche quanti lo ricevono con fede in membra del corpo di Cristo, così che la Chiesa è realmente sacramento di unità degli uomini con Dio e tra di loro.

In una cultura individualistica, quale è quella in cui siamo immersi nelle società occidentali, e che tende a diffondersi in tutto il mondo, l'Eucaristia costituisce una sorta di "antidoto", che opera nelle menti e nei cuori dei credenti e continuamente semina in essi la logica della comunione, del servizio, della condivisione: la logica del Vangelo.

I primi cristiani, a Gerusalemme, erano un segno evidente di questo nuovo stile di vita, perché vivevano in fraternità e mettevano in comune i loro beni, affinché nessuno fosse indigente.

Da che cosa derivava tutto questo? Dall'Eucaristia, cioè da Cristo risorto, realmente presente in mezzo ai suoi discepoli e operante con la forza dello Spirito Santo.

E anche nelle generazioni seguenti, attraverso i secoli, la Chiesa, malgrado i limiti e gli errori umani, ha continuato ad essere nel mondo una forza di comunione.

La comunione con il Corpo di Cristo è farmaco dell'intelligenza e della volontà, per ritrovare il gusto della verità e del bene comune.

Il S. Padre, papa Francesco, ha commentato il testo del vangelo, sottolineando tre parole: sequela, comunione, condivisione. Per ogni punto invita a farsi delle domande.

Come seguo io Gesù? Gesù parla in silenzio nel Mistero dell'Eucaristia e ogni volta ci ricorda che seguirlo vuol dire uscire da noi stessi e fare della nostra vita non un nostro possesso, ma un dono a Lui e agli altri.

Come vivo io l'Eucaristia? La vivo in modo anonimo o come momento di vera comunione con il Signore, ma anche con tutti i fratelli e le sorelle che condividono questa stessa mensa? Come sono le nostre celebrazioni eucaristiche?

Chiediamoci ancora, adorando il Cristo presente realmente nell'Eucaristia: mi lascio trasformare da Lui? Lascio che il Signore che si dona a me, mi guidi a uscire sempre di più dal mio piccolo recinto, a uscire e non aver paura di donare, di condividere, di amare Lui e gli altri?

Possiamo ravvivare dentro di noi, nelle nostre famiglie, nella comunità cristiana, la consapevolezza dell'importanza e della bellezza della Messa, della comunione eucaristica, dell'Adorazione davanti allo SS. Sacramento e dell'amore al prossimo, specialmente verso i malati, i poveri, gli anziani, le famiglie. (d.R.Rossi)

Tutti

Signore Gesù,
di fronte a Te, Parola di verità
e Amore che si dona,
come Pietro ti diciamo:
"Signore, da chi andremo?
Tu hai parole di vita eterna".
Signore Gesù, noi ti ringraziamo
perché la Parola del tuo Amore
si è fatta corpo donato sulla Croce,
ed è viva per noi nel sacramento
della Santa Eucaristia.
Fa' che l'incontro con Te
nel Mistero silenzioso della Tua presenza,
entri nella profondità dei nostri cuori
e brilli nei nostri occhi
perché siano trasparenza della Tua carità.
Fa', o Signore, che la forza dell'Eucaristia
continui ad ardere nella nostra vita
e diventi per noi santità, onestà, generosità,
attenzione premurosa ai più deboli.

Rendici amabili con tutti,
capaci di amicizia vera e sincera
perché molti siano attratti
a camminare verso di Te.
Venga il Tuo Regno,
e il mondo si trasformi in una Eucaristia vivente.
Amen.

Pausa di Silenzio

Festa della vita donata, del Corpo e del Sangue
dati a noi: partecipare al Corpo e al Sangue di
Cristo non tende ad altro che a trasformarci in
quello che riceviamo (Leone Magno).

Dio è in noi: il mio cuore lo assorbe, lui assorbe il
mio cuore, e diventiamo una cosa sola. L'uomo è
l'unica creatura che ha Dio nel sangue (Giovanni
Vannucci), abbiamo in noi un cromosoma divino.

Gesù parlava alle folle del Regno e guariva quanti
avevano bisogno di cure. Parlava del Regno,
annunciava la buona notizia che Dio è vicino, con
amore.

E guariva. Il Vangelo trabocca di miracoli. Gesù
tocca la carne dei poveri, ed ecco che la carne è
guarita, occhi nuovi che si incantano di luce, un
paralitico che danza nel sole con il suo lettuccio,
diventano come il laboratorio del regno di Dio, il
collaudo di un mondo nuovo, guarito, liberato,
respirante.

E i cinquemila a loro volta si incantano davanti a
questo sogno, e devono intervenire i Dodici:
Mandali via, tra poco è buio, e siamo in un luogo
deserto.

Si preoccupano della gente, ma adottano la
soluzione più meschina: Mandali via. Gesù non ha
mai mandato via nessuno.

Il primo passo verso il miracolo, condivisione
piuttosto che moltiplicazione, è una improvvisa
inversione che Gesù imprime alla direzione del
racconto: Date loro voi stessi da mangiare. Un
verbo semplice, asciutto, pratico: date.

Nel Vangelo il verbo amare si traduce sempre con
un altro verbo concreto, fattivo, di mani: dare.

Dio ha tanto amato il mondo da dare il suo
Figlio..., non c'è amore più grande che dare la vita
per i propri amici.

Gli apostoli non possono, non sono in grado,
hanno soltanto cinque pani, un pane per ogni mille
persone: è poco, quasi niente.

Ma la sorpresa di quella sera è che poco pane
condiviso, che passa di mano in mano, diventa
sufficiente; che la fine della fame non consiste nel

mangiare da solo, voracemente, il proprio pane, ma nel dividerlo, spartendo il poco che hai:

due pesci, il bicchiere d'acqua fresca, olio e vino sulle ferite, un po' di tempo e un po' di cuore. La vita vive di vita donata.

Tutti mangiarono a sazietà. Quel tutti è importante. Sono bambini, donne, uomini. Sono santi e peccatori, sinceri o bugiardi, nessuno escluso, donne di Samaria con cinque mariti e altrettanti divorzi. Nessuno escluso. Pura grazia.

È volontà di Dio che la Chiesa sia così: capace di insegnare, guarire, dare, saziare, accogliere senza escludere nessuno, capace come gli apostoli di accettare la sfida di mettere in comune quello che ha, di mettere in gioco i suoi beni.

Se facessimo così ci accorgeremmo che il miracolo è già accaduto, è in una prodigiosa moltiplicazione: non del pane ma del cuore. (E.Ronchi)

Tutti

Non sono degno, Signore,
che tu entri nella mia casa.
Vedi bene che c'è del disordine.
Non è pronta ad accoglierti.
Avrei voluto per te un ambiente più ospitale
e prepararti qualcosa di gustoso, per trattenermi.
Sono impreparato e perciò ti confesso:
non son degno che tu entri!
Mi piacerebbe tanto che, come facesti una volta
con Zaccheo, tu dicessi anche a me:
«oggi devo fermarmi a casa tua».
Non ardisco sperarlo, non oso domandarlo.
Vedi, Signore: la porta è aperta,
ma la casa non è pronta!
Almeno così a me pare. E a te?
Rimaniamo, ad ogni modo,
a parlare un po' sull'uscio.
È bello ugualmente. Ho delle cose da dirti.
Ho, soprattutto, bisogno di ascoltare
tante cose da te.
Quante vorrei udirne dalla tua bocca!
Ne ha bisogno il mio cuore ferito.
Parla, allora, Signore. Ti ascolto.
La tua Parola è vita per me. Vita eterna. Amen.

Pausa di Silenzio

Meditazione

Preghiere spontanee

Padre Nostro

G. Signore mio Dio e mio amico, com'è bello guardarti sotto le apparenze dell'ostia! Che beata certezza: sapere che Tu sei là, che mi vedi e che mi ascolti! Com'è bello trovarsi così vicino a Te! Desidero impregnarmi della tua presenza così immediata: che questa presenza si impadronisca dell'anima mia, la trasformi e la santifichi! Eccomi davanti a Te, povero e nudo, non potendo darti altro che il mio sguardo: avvolgimi con la tua intimità, rivestimi con la tua potenza! Tu sei dinanzi a me come la sorgente di ogni luce e di ogni vita; in te si trova il focolare di ogni amore. Com'è bello mettersi sotto l'irradiazione del tuo splendore, sotto l'azione della tua vitalità sovrabbondante, sotto il tuo sguardo pieno d'amore! Ti guardo senza vederti, ma tu mi guardi con una tale forza che fai passare in me le ricchezze del tuo essere. Non incontro il tuo sguardo, ma tu incontri il mio cuore e lo riempi della tua grazia divina. Senza che me ne accorga, tu mi cambi, mi penetri dei tuoi pensieri e dei tuoi sentimenti. Mi innalzi fino al livello della tua santità. Com'è bello contemplarti, abbandonarsi a te, lasciarsi invadere dalla tua presenza ed essere interamente riplasmati da Te!

Tutti

Preghiera per le vocazioni

Ti preghiamo, Signore,
perché continui ad assistere
e arricchire la tua Chiesa
con il dono delle vocazioni.
Ti preghiamo perché molti
vogliano accogliere la tua voce
e rallegrino la tua Chiesa con la generosità
e la fedeltà delle loro risposte.
Ti preghiamo, Signore, per i tuoi vescovi,
i sacerdoti, i religiosi, le religiose
i diaconi e tutti i laici
che svolgono un ministero
nella comunità cristiana.
Ti preghiamo, Signore,
per coloro che stanno aprendo il loro animo alla
tua chiamata:
la tua Parola li illumini,
il tuo esempio li conquisti,
la tua grazia li guidi.
Ascolta, o Signore, questa nostra preghiera,
e per intercessione di Maria,
Madre della Chiesa, madre tua e nostra,
esaudiscila con amore. Amen