

ADORAZIONE EUCARISTICA

Vieni e vedi...
perché la tua gioia sia piena

Lodi, 1 aprile 2017

ADORAZIONE EUCARISTICA

Vieni e vedi... perché la tua gioia sia piena

✠ CANTO

Guida: Ci disponiamo a vivere un tempo di adorazione di fronte a Gesù Eucarestia.

Dopo aver riflettuto in questi giorni sull'esperienza della peccatrice perdonata, che ha sperimentato la gioia di sentirsi accolta e amata da Gesù nel suo particolare modo di amare, ci faremo aiutare da un'altra figura, quella dell'apostolo Pietro che, avendo rinnegato Gesù, trova il suo ruolo nella Chiesa solo dopo aver imparato che il suo posto è "dietro a Gesù", alla Sua sequela e alla Sua scuola di amore.

Con cuore umile e riconoscente, in questo spazio di silenzio e di preghiera, ci disponiamo ad accogliere i doni di grazia che Egli vorrà concederci.

✠ PREGHIERA

Sono qui, davanti a Te, Signore.

Ti guardo presente in questo pezzo di pane.

Desidero che questo tempo sia per Te e in ascolto di Te:

fammi la grazia del silenzio, metti a tacere con la tua presenza

tutti quei pensieri che mi impediscono di contemplarti.

Quale grande amore hai per me, Signore, e desideri una sola cosa:

che io ti ami con la mia vita, anche se mi sento debole e fragile.

Nell'Eucarestia mi doni il pane che mi nutre,

mi dà forza nel mio cammino.

Fa' o Signore che questo momento di adorazione

si prolunghi nella quotidianità della mia vita,

per riconoscerti e contemplarti nei volti di coloro

che ogni giorno mi doni di incontrare.

Guida: L'adorazione sarà strutturata in due momenti, che corrispondono ai passaggi affrontati in queste giornate. Oltre alla Parola di Dio, troveremo degli spunti di riflessione che ci permetteranno di porci maggiormente in ascolto di ciò che il Signore vuole dirci questa sera. Possiamo sottolineare parole ed espressioni che ci colpiscono e prendere appunti delle suggestioni interiori che si muovono in noi, per lasciare che si imprimano meglio nel nostro cuore; per questo troveremo anche degli spazi appositamente lasciati in bianco. Concluderemo ogni singolo momento con un "gesto" e con una preghiera corale. Chi desiderasse un confronto con le suore può chiederlo.

PRIMO MOMENTO: LA GIOIA DI TROVARE POSTO

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv1,35-42)

35 Il giorno dopo Giovanni stava ancora là con due dei suoi discepoli 36 e, fissando lo sguardo su Gesù che passava, disse: «Ecco l'agnello di Dio!». 37 E i suoi due discepoli, sentendolo parlare così, seguirono Gesù. 38 Gesù allora si voltò e, osservando che essi lo seguivano, disse loro: «Che cosa cercate?». Gli risposero: «Rabbì - che, tradotto, significa Maestro -, dove dimori?». 39 Disse loro: «Venite e vedrete». Andarono dunque e videro dove egli dimorava e quel giorno rimasero con lui; erano circa le quattro del pomeriggio.

40 Uno dei due che avevano udito le parole di Giovanni e lo avevano seguito, era Andrea, fratello di Simon Pietro. 41 Egli incontrò per primo suo fratello Simone e gli disse: «Abbiamo trovato il Messia» - che si traduce Cristo - 42 e lo condusse da Gesù. Fissando lo sguardo su di lui, Gesù disse: «Tu sei Simone, il figlio di Giovanni; sarai chiamato Cefa» - che significa Pietro.

Pausa di silenzio

Guida: rileggiamo personalmente il brano del Vangelo e condividiamo, a voce alta, il versetto che ci colpisce (possiamo poi trascriverlo nell'apposito spazio)

-

PER RIFLETTERE

Dalla Conferenza XXXIII di San Vincenzo Grossi: “Ciascuno ha una vocazione speciale”

L1: Dio ci ama di un amore speciale. E' un pensiero comune, ma che ben riflettendovi sopra, quasi non lo crederemmo.

Iddio non bada solo a noi in massa, ma guardò e guarda ciascuno di noi in particolare con illimitato amore. Ognuno deve credere questo.

Non solo da tutta l'eternità Dio determinò di crearmi come un nuovo essere ragionevole, ma si determinò di crearmi tal qual sono, la mia propria persona, individuo distinto dagli altri, la persona per la quale gli altri mi conoscono, una persona differente da tutte quelle create fin qui e da quelle che saranno ancora create.

L2: Quando Dio mi scelse tra le creature possibili, che gli erano presenti nella mente, mi preferì e lasciò le altre nel nulla. Esse avrebbero potuto lodarlo mille volte meglio di quello che io possa mai fare. Esse avrebbero potuto essere più nobili, più sante, più interessanti di me. Ma in me vi era qualcosa che Dio preferì a tutto il resto.

L1: Io evidentemente sono parte di un piano ed ho un luogo da occupare ed un lavoro da fare, il suo speciale per me; e non c'è che il mio io che possa occupare il tal luogo, compiere il tal lavoro.

L2: Ora, che cosa fu in noi il primo oggetto dell'amor di Dio quando ci scelse per crearci? Non può esprimersi con parole. Fu precisamente il nostro io, la nostra particolarità, ciò che Dio amò così teneramente e così intensamente. Questo pensiero è sommamente soave... Prima sorrido e poi piango... Dio mi ha amato perchè sono ciò che sono...

PER APPROFONDIRE

Dal discorso di Giovanni Paolo II ai giovani a Tor Vergata - GMG 2000

Il cammino della fede passa attraverso tutto ciò che viviamo. Dio opera nelle vicende concrete e personali di ciascuno di noi: attraverso di esse, talvolta in modi veramente misteriosi, si presenta a noi il Verbo "fatto carne", venuto ad abitare in mezzo a noi. Cari giovani e ragazze, non permettete che il tempo che il Signore vi dona trascorra come se tutto fosse un caso. San Giovanni ci ha detto che ogni cosa è stata fatta in Cristo. Credete dunque fortemente in Lui. Egli conduce la storia dei singoli come quella dell'umanità. Certamente Cristo rispetta la nostra libertà, ma in tutte le vicende gioiose o amare della vita non cessa di chiederci di credere in Lui, nella sua Parola, nella realtà della Chiesa, nella vita eterna! Non pensate mai, perciò, di essere ai suoi occhi degli sconosciuti, come numeri di una folla anonima. Ognuno di voi è prezioso per Cristo, è conosciuto personalmente, è amato teneramente, anche quando non se ne rende conto.

Cari amici, proiettati con tutto l'ardore della vostra giovinezza verso il terzo millennio, vivete intensamente l'opportunità che vi offre la Giornata Mondiale della Gioventù in questa Chiesa di Roma, che oggi più che mai è la vostra Chiesa. Lasciatevi plasmare dallo Spirito Santo. Fate esperienza di preghiera, lasciando che lo Spirito parli al vostro cuore. Pregare significa concedere un po' del proprio tempo a Cristo, affidarsi a Lui, rimanere in silenzioso ascolto della sua Parola, farla risuonare nel cuore. In questi giorni, quasi fossero una grande settimana di esercizi spirituali, ritagliatevi momenti di silenzio, di preghiera, di raccoglimento. Chiedete allo Spirito Santo di illuminare le vostre menti, chiedetegli il dono di una fede viva, che dia per sempre un senso alla vostra vita, incardinandola in Gesù, il Verbo fatto carne.

GESTO

Guida: Dopo aver riflettuto sulle nostre fragilità e sull'amore che Dio riversa in modo illimitato su ciascuno di noi, consapevoli di avere una "vocazione speciale" alla quale rispondere, prendiamo dal cestino il "messaggio segreto" che il Signore oggi ci rivolge. Per capire di quale messaggio si tratta, avviciniamo il foglietto alla luce della candela e attendiamo che si riveli.

APPUNTI

PREGHIERA

Signore, fammi buon amico di tutti.
Fa' che la mia persona ispiri fiducia:
a chi soffre e si lamenta,

a chi cerca luce lontano da Te,
a chi vorrebbe cominciare e non sa come,
a chi vorrebbe fidarsi e non se ne sente capace.
Signore aiutami,
perché non passi accanto a nessuno con il volto indifferente,
con il cuore chiuso, con il passo affrettato.

Signore, aiutami ad accorgermi subito:
di quelli che mi stanno accanto,
di quelli che sono preoccupati e disorientati,
di quelli che soffrono senza mostrarlo,
di quelli che si sentono isolati senza volerlo.
Signore, dammi una sensibilità
che sappia andare incontro ai cuori.

Signore, liberami dall'egoismo,
perché Ti possa servire,
perché Ti possa amare,
perché Ti possa ascoltare
in ogni fratello
che mi fai incontrare.

CANTO

SECONDO MOMENTO: LA GIOIA DEL RISCATTO E LA GIOIA DI AMARE CON IL NOSTRO CORPO E CON I GESTI CHE SA ESPRIMERE

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 21,15-19)

15 Quand'ebbero mangiato, Gesù disse a Simon Pietro: «Simone di Giovanni, mi ami tu più di costoro?». Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti amo». Gli disse: «Pasci i miei agnelli». **16** Gli disse di nuovo: «Simone di Giovanni, mi ami?». Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti amo». Gli disse: «Pasci le mie pecorelle». **17** Gli disse per la terza volta: «Simone di Giovanni, mi ami?». Pietro rimase addolorato che per la terza volta gli dicesse: Mi ami?, e gli disse: «Signore,

tu sai tutto; tu sai che ti amo». Gli rispose Gesù: «Pasci le mie pecorelle. **18** In verità, in verità ti dico: quando eri più giovane ti cingevi la veste da solo, e andavi dove volevi; ma quando sarai vecchio tenderai le tue mani, e un altro ti cingerà la veste e ti porterà dove tu non vuoi». **19** Questo gli disse per indicare con quale morte egli avrebbe glorificato Dio. E detto questo aggiunse: «Seguimi».

Pausa di silenzio

Guida: rileggiamo personalmente il brano del Vangelo e condividiamo, a voce alta, il versetto che ci colpisce (possiamo poi trascriverlo nell'apposito spazio)

•

PER RIFLETTERE

Dal Commento al Vangelo di Giovanni di Silas Henderson (aprile 2016)

L1: Quando, sulle rive del Lago di Tiberiade, Pietro ha incontrato il Signore risorto, ha ricevuto la missione che lo avrebbe distinto dagli altri apostoli e ha imparato un'importante lezione d'amore. San Giovanni cita l'evento usando un particolare gioco di parole. Quando Gesù ha inizialmente chiesto a Pietro "mi ami?" ha usato la locuzione greca agapas-me, che significa "mi ami totalmente e incondizionatamente" (Giovanni 21:15). Prima del rinnegamento di Gesù, Pietro avrebbe di certo risposto agapo-se! Dopo aver sperimentato la sua fragilità, ha risposto "Signore, sai che ti amo", usando filio-se ("Ti amo di un amore umano"). Gesù ha chiesto nuovamente al pescatore: "Simone, mi ami di questo amore totale che io desidero?" e Pietro ha risposto, ancora una volta, "Kyrie, filo-se," "Signore, io ti amo per come posso". La terza volta però Gesù chiede semplicemente "Fileis-me?" Questa volta non è Pietro a cambiare il verbo, ma Gesù stesso. Gesù si mette al livello di Pietro invece di chiedergli più di quanto possa dare. Questo dà speranza a Pietro perché comprende che per Gesù questo amore, per quanto sia imperfetto, è sufficiente.

L2: Gesù invita quindi Pietro a dichiarare il suo amore tre volte, restaurando la relazione che è stata danneggiata dalla triplice negazione della sera prima della morte di Gesù. Ma Gesù ha anche riconosciuto i talenti nascosti di Pietro e gli ha affidato una missione speciale: Pasci i miei agnelli.

"La scuola della fede", ha ricordato Benedetto XVI, "non è una marcia trionfale, ma un cammino cosparso di sofferenze e di amore, di prove e di fedeltà da rinnovare ogni giorno. Pietro che aveva promesso fedeltà assoluta, conosce l'amarezza e l'umiliazione del rinnegamento: lo spavaldo apprende a sue spese

l'umiltà. Anche Pietro deve imparare a essere debole e bisognoso di perdono. Quando finalmente gli cade la maschera e capisce la verità del suo cuore debole di peccatore credente, scoppia in un liberatorio pianto di pentimento. Dopo questo pianto egli è ormai pronto per la sua missione" (Udienza Generale del 24 maggio 2006).

PER APPROFONDIRE

La "rivoluzione della tenerezza" secondo Papa Francesco

"Tenerezza" e "Misericordia" sono i due termini più ripetuti da papa Francesco dall'inizio del suo ministero come Successore di Pietro e Vescovo di Roma.

Vediamo alcune citazioni.

Il 19 marzo 2013, nella Messa d'inizio del Pontificato di fronte ai "grandi del mondo" e a una folla immensa esclamò, durante l'omelia: "Non dobbiamo avere paura della bontà e della tenerezza".

Poco prima aveva affermato: "Nei Vangeli, san Giuseppe appare come un uomo forte, coraggioso, lavoratore, ma nel suo animo emerge una grande tenerezza, che non è la virtù del debole, anzi, al contrario, denota forza d'animo e capacità di attenzione, di compassione, di vera apertura all'altro, capacità di amore".

Il 21 aprile, nella quarta domenica dopo Pasqua, commentando il brano del "Buon pastore": "Tenerezza! Ma il Signore ci ama con tenerezza. Il Signore sa quella bella scienza delle carezze, quella tenerezza di Dio. Non ci ama con le parole. Lui si avvicina e ci dà quell'amore con tenerezza. Vicinanza e tenerezza! Queste sono due maniere dell'amore del Signore che si fa vicino e dà tutto il suo amore con le cose anche più piccole: con la tenerezza. E questo è un amore forte, perché vicinanza e tenerezza ci fanno vedere la forza dell'amore".

(...) Il 6 luglio ai seminaristi, novizi e novizie: "Non abbiate paura della tenerezza del Signore, non abbiate paura della consolazione del Signore. Non possiamo essere portatori se non sperimentiamo noi per primi la gioia di essere consolati da lui, di essere amati da lui". Poi proseguì: "La gente ha bisogno certamente di parole, ma soprattutto ha bisogno che noi testimoniamo la misericordia, la tenerezza del Signore che schiuda il cuore, che risvegli la speranza, che attiri verso il bene".

Ma allora, che cos'è la tenerezza?

La tenerezza è una modalità di espressione della misericordia; attuarla è la prova concreta di aver sperimentato noi, in prima persona, la "misericordia di Dio". La tenerezza, che si concretizza in atteggiamenti di apertura e di compassione verso l'altro, è la dimostrazione di quanto il nostro cuore si sia convertito al divino amore misericordioso

(...) La tenerezza è far sentire bene l'altro e riconoscerne il valore. La tenerezza è un esodo verso l'altro.

(...) La tenerezza, trova il suo habitat ideale nel cuore della persona, nella sua vocazione all'amore e alla comunione ed è condizione di felicità o infelicità per la persona. La tenerezza, non è debolezza ma espressione della forza, quindi la virtù non dei deboli ma dei forti.

(...) La tenerezza, concretizzata nell'accoglienza, nella compassione, nell'amicizia gratuita, è il sentimento profondo con cui l'uomo comunica l'intensità e la delicatezza del suo amore alle altre persone; è il desiderio di amare, sapendo di essere amati, quindi nasce unicamente da un "cuore libero" capace di offrire e ricevere amore.

(...) "Tenerezza è il bambino che ha bisogno di essere toccato con dolcezza. La tenerezza dice: 'Non avere paura'. Dobbiamo avvicinarci a chi è stato profondamente ferito con quella tenerezza che non è soltanto un gesto delle mani, ma è presente nello sguardo, nell'ascolto, in tutta la posizione del corpo; è come un messaggio, un modo di comunicare che ti dice che sei prezioso, che ti rivela che sei più bello di quanto osi immaginare; la tenerezza è un modo di

avvicinarsi e di ascoltare con tutto il corpo, di guardare con uno sguardo che buca le ombre” (La comunità, Jaka Book, Milano 1990, pg. 81).

Si comunica tenerezza quando corpo e spirito sono unificati. Per questo la tenerezza è anche linguaggio corporeo, quindi si esprime mediante la gestualità e la corporeità: il volto e lo sguardo, gli abbracci e i baci, le carezze e l’empatia.

GESTO

Guida: Spesso esprimiamo la nostra gioia solo a metà. Rimane come mortificata dalla durezza della nostra espressione, dall’imbarazzo con cui ci mostriamo incapaci di un abbraccio, dalla paura che frena il nostro libero accostarci alle persone. E la durezza del tratto cancella anche le intenzioni migliori, mortifica gli slanci del cuore, irrigidisce la scioltezza del discorso e dell’incontro.

Allora, dopo aver riflettuto sulla “rivoluzione della tenerezza” che come cristiani siamo invitati a praticare per cambiare noi ed il mondo, compiamo ora il gesto di mettere una goccia di profumo su un nostro fratello o una nostra sorella utilizzando, con delicatezza, l’espressione di tenerezza che ci è più consona.

APPUNTI

PREGHIERA

Signore Gesù,
voglio essere per te
come quel barattolino di olio di nardo
che Maria riversò sui tuoi piedi.
Voglio essere come nardo
per camminare con te,
amare con te le persone

che incontriamo quotidianamente;
voglio essere strumento di rivelazione
della tua presenza.
Dal mio profumo tutti devono sentire
che tu sei qui.
Dal mio profumo tutti si devono accorgere
della tua presenza,
del tuo amore.
Consumami tutto Signore,
non lasciare che nessuna goccia
vada sprecata.
Riversami dove tu vuoi;
fa' che il mio agire,
il mio diffondere la tua presenza
parta sempre da te
e non avvicini amori fatui,
amori leggeri.
Io come quell'olio e come Maria
ho scelto la parte migliore
che non mi verrà tolta.
Aiutami ad afferrarti Gesù.
Non permettere che la vita
e i suoi buffi e strani andamenti
mi stacchino da te.
Ho trovato un tesoro,
una perla preziosa;
non posso sprecare
una così bella e grande occasione.
(Alessandro Galimberti)

 **CANTO**