

Adorazione Eucaristica III Domenica di Avvento anno C

Sia lodato e ringraziato ogni momento il Santissimo e divinissimo Sacramento.
Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo. Come era nel principio, ora e sempre,
nei secoli dei secoli. Amen.

Dolce Cuore del mio Gesù, fa' che ti ami sempre più.
Dolce Cuore di Maria, siate la salvezza dell'anima mia.

Respira in me, tu, Santo Spirito, perché santi siano i miei pensieri. Spingimi, tu,
Santo Spirito, perché sante siano le mie azioni. Attirami, tu, Santo Spirito, perché ami
le cose sante. Fammi forte, tu, Santo Spirito, perché difenda le cose sante. Difendi
me, tu, Santo Spirito, perché non perda mai la tua santa grazia che è in me.

Credo, mio Dio, di essere innanzi a te che mi guardi e ascolti le mie preghiere.
Tu sei tanto grande e tanto santo: io Ti adoro.
Tu mi hai dato tutto: io Ti ringrazio.
Tu sei stato tanto offeso da me: io Ti chiedo perdono con tutto il cuore.
Tu sei tanto misericordioso: io Ti domando tutte le grazie che vedi utili per me.

«Mio Dio! Io credo, adoro, spero e Vi amo! Vi domando perdono per quelli che non
credono, non adorano, non sperano e non Vi amano» (Fatima, primavera 1916).

«Santissima Trinità, Padre, Figlio e Spirito Santo, Vi adoro profondamente e Vi offro
il preziosissimo corpo, sangue, anima e divinità di Gesù Cristo, presente in tutti i
tabernacoli della terra, in riparazione degli oltraggi, sacrilegi e indifferenze con cui
Egli stesso è offeso. E, per i meriti infiniti del suo santissimo Cuore e del Cuore
Immacolato di Maria, Vi chiedo la conversione dei poveri peccatori» (Fatima,
autunno 1916).

ANGELUS

L'angelo del Signore portò l'annuncio a Maria,

Ed ella concepì per opera dello Spirito Santo.

Ave, o Maria...

Eccomi, sono la serva del Signore,

Avvenga di me secondo la tua parola.

Ave, o Maria...

E il Verbo si fece carne,

E venne ad abitare in mezzo a noi.

Ave, o Maria...

Prega per noi, santa Madre di Dio,

Affinché siamo fatti degni delle promesse di Cristo.

Preghiamo.

Infondi nel nostro spirito la tua grazia, o Padre, tu, che nell'annuncio dell'angelo ci hai rivelato l'incarnazione del tuo Figlio, per la sua passione e la sua croce guidaci alla gloria della risurrezione. Per Cristo nostro Signore. Amen.

Gloria al Padre... 3 volte

Angelo di Dio...

Eterno riposo ...

Guarda, o Padre, il tuo popolo, che attende con fede il Natale del Signore, e fa' che giunga a celebrare con rinnovata esultanza il grande mistero della salvezza.

O Dio, fonte di vita e di gioia, rinnovaci con la potenza del tuo Spirito, perché, affrettandoci sulla via dei tuoi comandamenti, portiamo a tutti gli uomini il lieto annuncio del Salvatore, Gesù Cristo tuo Figlio. Egli è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli.

Canto al Vangelo (*Is 61,1*)

Lo Spirito del Signore è sopra di me, mi ha mandato a portare ai poveri il lieto annuncio.

Vangelo (*Lc 3,10-18*)

In quel tempo, le folle interrogavano Giovanni, dicendo: «Che cosa dobbiamo fare?». Rispondeva loro: «Chi ha due tuniche, ne dia a chi non ne ha, e chi ha da mangiare, faccia altrettanto». Vennero anche dei pubblicani a farsi battezzare e gli chiesero: «Maestro, che cosa dobbiamo fare?». Ed egli disse loro: «Non esigete nulla di più di quanto vi è stato fissato». Lo interrogavano anche alcuni soldati: «E noi, che cosa dobbiamo fare?». Rispose loro: «Non maltrattate e non estorcete niente a nessuno; accontentatevi delle vostre paghe». Poiché il popolo era in attesa e tutti, riguardo a Giovanni, si domandavano in cuor loro se non fosse lui il Cristo, Giovanni rispose a tutti dicendo: «Io vi battezzo con acqua; ma viene colui che è più forte di me, a cui non sono degno di slegare i lacci dei sandali. Egli vi battezzerà in Spirito Santo e fuoco. Tiene in mano la pala per pulire la sua aia e per raccogliere il frumento nel suo granaio; ma brucerà la paglia con un fuoco inestinguibile». Con molte altre esortazioni Giovanni evangelizzava il popolo.

Pausa di silenzio - Canto

1L. «Nella seconda Lettura [...] san Paolo invita i cristiani di Filippi a rallegrarsi nel Signore. Possiamo rallegrarci? E perché bisogna rallegrarsi? La risposta di san Paolo è: perché “il Signore è vicino!” (*Fil 4,5*). Tra pochi giorni celebreremo il Natale, la festa della venuta di Dio, che si è fatto bambino e nostro fratello per stare con noi e condividere la nostra condizione umana. Dobbiamo rallegrarci per questa sua vicinanza, per questa sua presenza e cercare di capire sempre più che realmente è vicino, e così essere penetrati dalla realtà della bontà di Dio, della gioia che Cristo è con noi. Paolo dice con forza in un'altra Lettera che nulla può separarci dall'amore di Dio che si è manifestato in Cristo. Solo il peccato ci allontana da Lui, ma questo è un fattore di separazione che noi stessi introduciamo nel nostro rapporto con il Signore. Però, anche quando noi ci allontaniamo, Egli non cessa di amarci e continua ad esserci vicino con la sua misericordia, con la sua disponibilità a perdonare e a

riaccoglierci nel suo amore. Perciò, così prosegue san Paolo, non dobbiamo mai angustiarsi, possiamo sempre esporre al Signore le nostre richieste, le nostre necessità, le nostre preoccupazioni, “con preghiere e suppliche” (v. 6). E questo è un grande motivo di gioia: sapere che è sempre possibile pregare il Signore e che il Signore ci ascolta, che Dio non è lontano, ma ascolta realmente, ci conosce, e sapere che non respinge mai le nostre preghiere, anche se non risponde sempre così come noi desideriamo, ma risponde. E l’Apostolo aggiunge: pregare “con ringraziamenti” (*ibid.*). La gioia che il Signore ci comunica deve trovare in noi l’amore riconoscente. Infatti, la gioia è piena quando riconosciamo la sua misericordia, quando diventiamo attenti ai segni della sua bontà, se realmente percepiamo che questa bontà di Dio è con noi, e lo ringraziamo per quanto riceviamo da Lui ogni giorno. Chi accoglie i doni di Dio in modo egoistico, non trova la vera gioia; invece chi trae occasione dai doni ricevuti da Dio per amarlo con sincera gratitudine e per comunicare agli altri il suo amore, questi ha il cuore veramente pieno di gioia. Ricordiamolo!» (BENEDETTO XVI, *Omelia* 16-12-2012).

Pausa di silenzio - Canto

2L. «Il Vangelo della Liturgia di oggi, terza domenica di Avvento, ci presenta vari gruppi di persone – le folle, i pubblicani e i soldati – che sono toccati dalla predicazione di Giovanni Battista e allora gli chiedono: “Che cosa dobbiamo fare?” (*Lc* 3,10). [...] Questa è la domanda che fanno. Fermiamoci un po’ su questo interrogativo.

Esso non parte da un senso del dovere. Piuttosto, è il cuore toccato dal Signore, è l’entusiasmo per la sua venuta che porta a dire: *cosa dobbiamo fare?* Giovanni dice: “Il Signore è vicino” - “Che cosa dobbiamo fare?”. Facciamo un esempio: pensiamo che una persona cara stia venendo a trovarci. Noi la aspettiamo con gioia, con impazienza. Per accoglierla come si deve puliremo la casa, prepareremo il pranzo migliore possibile, magari un regalo... Insomma, ci daremo da fare. Così è con il Signore, la gioia per la sua venuta ci fa dire: *che cosa dobbiamo fare?* Ma Dio eleva questa domanda al livello più alto: cosa fare della mia vita? A cosa sono chiamato? Che cosa mi realizza? Nel suggerirci questo interrogativo, il Vangelo ci ricorda una cosa importante: la vita ha un compito per noi. La vita non è senza senso, non è affidata al caso. No! È un dono che il Signore ci consegna dicendoci: scopri chi sei, e datti da fare per realizzare il sogno che è la tua vita! Ciascuno di noi – non dimentichiamolo – è *una missione da realizzare*. Allora, non abbiamo paura di chiedere al Signore: che cosa devo fare? Ripetiamogli spesso questa domanda. Essa ritorna anche nella Bibbia: negli Atti degli Apostoli alcune persone, ascoltando Pietro

che annunciava la risurrezione di Gesù, “*si sentirono trafiggere il cuore e dissero a Pietro e agli altri apostoli: Che cosa dobbiamo fare?*” (2,37). Chiediamoci anche noi: che cosa è bene fare per me e per i fratelli? Come posso contribuire al bene della Chiesa, al bene della società? Il Tempo di Avvento serve a questo: a fermarsi e chiedersi come preparare il Natale. Siamo indaffarati da tanti preparativi, regali e cose che passano, ma chiediamoci che cosa fare per Gesù e per gli altri! Che cosa dobbiamo fare? Alla domanda “che cosa dobbiamo fare?”, nel Vangelo seguono le risposte di Giovanni Battista, che sono *diverse per ogni gruppo*. Giovanni, infatti, raccomanda a chi ha due tuniche di condividere con chi non ne ha; ai pubblicani, che riscuotono le tasse, dice: «Non esigete nulla di più di quanto vi è stato fissato» (Lc 3,13); e ai soldati: «Non maltrattate e non estorcete niente a nessuno» (v. 14). A ciascuno è rivolta una parola specifica, che riguarda la situazione reale della sua vita. Questo ci offre un insegnamento prezioso: *la fede si incarna nella vita concreta*. Non è una teoria astratta. La fede non è una teoria astratta, una teoria generalizzata, no, la fede tocca la carne e trasforma la vita di ciascuno. Pensiamo alla concretezza della nostra fede nostra. Io, la mia fede: è una cosa astratta o è concreta? La porto avanti nel servizio agli altri, nell’aiuto? E allora, in conclusione, chiediamoci: che cosa posso fare concretamente? In questi giorni, mentre siamo vicini al Natale. Come posso fare la mia parte? Prendiamo un impegno concreto, anche piccolo, che si adatti alla nostra situazione di vita, e portiamolo avanti per prepararci a questo Natale. Ad esempio: posso telefonare a quella persona sola, visitare quell’anziano o quel malato, fare qualcosa per servire un povero, un bisognoso. Ancora: forse ho un perdono da chiedere o un perdono da dare, una situazione da chiarire, un debito da saldare. Magari ho trascurato la preghiera e dopo tanto tempo è ora di accostarmi al perdono del Signore. Fratelli e sorelle, troviamo una cosa concreta e facciamola! Ci aiuti la Madonna, nel cui grembo Dio si è fatto carne» (FRANCESCO, *Angelus*, 12-12-2021).

Pensieri di santa Teresa di Gesù Bambino

Mi impegnavo soprattutto ad amare Dio e proprio amandolo ho capito che il mio amore non doveva manifestarsi solo a parole (MC 288).

La carità perfetta consiste nel sopportare i difetti altrui, non stupirsi assolutamente delle loro debolezze, edificarsi nei minimi atti di virtù che si vedono praticare (MC 289).

La carità deve illuminare, rallegrare non solo coloro che mi sono più cari, ma tutti coloro che sono nella casa, nessuno eccettuato (MC 289).

Signore, so che tu non comandi nulla di impossibile! (MC 290).

Conosci meglio di me la mia debolezza, la mia imperfezione, sai bene che non potrei amare le mie sorelle come le ami tu, se tu stesso non le amassi ancora in me (MC 290).

Gesù, il comandamento nuovo mi dà la sicurezza che la tua volontà è di amare in me tutti coloro che mi comandi di amare! (MC 290).

Più sono unita a Gesù, più amo tutte le sorelle (MC 290).