

Adorazione Eucaristica
II Domenica dopo Natale

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 ...

Dio onnipotente ed eterno, luce dei credenti, riempi della tua gloria il mondo intero, e rivelati a tutti i popoli nello splendore della tua luce.

O Dio, nostro Padre, che nel Verbo venuto ad abitare in mezzo a noi riveli al mondo la tua gloria, illumina gli occhi del nostro cuore, perché, credendo nel tuo Figlio unigenito, gustiamo la gioia di essere tuoi figli.

Canto al Vangelo (1Tm 3,16)

Gloria a te, o Cristo, annunciato a tutte le genti; gloria a te, o Cristo, creduto nel mondo.

Vangelo (Gv 1,1-18)

In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio. Egli era, in principio, presso Dio: tutto è stato fatto per mezzo di lui e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste. In lui era la vita e la vita era la luce degli uomini; la luce splende nelle tenebre e le tenebre non l'hanno vinta. Venne un uomo mandato da Dio: il suo nome era Giovanni. Egli venne come testimone per dare testimonianza alla luce, perché tutti credessero per mezzo di lui. Non era lui la luce, ma doveva dare testimonianza alla luce. Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo. Era nel mondo e il mondo è stato fatto per mezzo di lui; eppure il mondo non lo ha riconosciuto. Venne fra i suoi, e i suoi non lo hanno accolto. A quanti però lo hanno accolto ha dato potere di diventare figli di Dio: a quelli che credono nel suo nome, i quali, non da sangue né da volere di carne né da volere di uomo, ma da Dio sono stati generati. E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi; e noi abbiamo contemplato la sua gloria, gloria come del Figlio unigenito che viene dal Padre, pieno di grazia e di verità. Giovanni gli dà testimonianza e proclama: «Era di lui che io dissi: Colui che viene dopo di me è avanti a me, perché era prima di me». Dalla sua pienezza noi tutti abbiamo ricevuto: grazia su grazia. Perché la Legge fu data per mezzo di Mosè, la grazia e la verità vennero per mezzo di Gesù Cristo. Dio, nessuno lo ha mai visto: il Figlio unigenito, che è Dio ed è nel seno del Padre, è lui che lo ha rivelato.

Pausa di silenzio - Canto

1L. «Il Vangelo della Liturgia odierna ci offre una frase bellissima, che preghiamo sempre all'*Angelus* e che da sola ci rivela il senso del Natale: «Il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi» (Gv 1,14). Queste parole, se ci pensiamo, contengono un paradosso. Mettono insieme due realtà opposte: il *Verbo* e la *carne*. “Verbo” indica che Gesù è la Parola eterna del Padre, Parola infinita, che esiste da sempre, prima di tutte le cose create; “carne” indica invece proprio la nostra realtà, realtà creata, fragile, limitata, mortale. Prima di Gesù erano due mondi separati: il Cielo opposto alla terra, l'infinito opposto al finito, lo spirito opposto alla materia. E c'è un'altra opposizione nel Prologo del Vangelo di Giovanni, un altro binomio: luce

e tenebre (cfr v. 5). Gesù è la luce di Dio entrata nelle tenebre del mondo. Luce e tenebre. Dio è luce: in Lui non c'è opacità; in noi, invece, ci sono molte oscurità. Ora, con Gesù, si incontrano Luce e tenebre: santità e colpa, grazia e peccato. Gesù, l'incarnazione di Dio è proprio il luogo dell'incontro, dell'incontro tra Dio e gli uomini, l'incontro tra la grazia e il peccato. Che cosa vuole annunciare il Vangelo con queste polarità? Una cosa splendida: il modo di agire di Dio. Di fronte alla nostra fragilità, il Signore non si tira indietro. Non rimane nella sua eternità beata e nella sua luce infinita, ma si fa vicino, si fa carne, si cala nelle tenebre, abita terre a Lui estranee. E perché fa questo Dio? Perché scende da noi? Lo fa perché non si rassegna al fatto che noi possiamo smarrirci andando lontani da Lui, lontani dall'eternità, lontani dalla luce. Ecco l'opera di Dio: *venire in mezzo a noi*. Se noi ci riteniamo indegni, questo non lo ferma, Lui viene. Se lo rifiutiamo, non si stanca di cercarci. Se non siamo pronti e ben disposti ad accoglierlo, preferisce comunque venire. E se noi gli chiudiamo la porta in faccia, Lui aspetta. È proprio il Buon Pastore. E l'immagine più bella del Buon Pastore? Il Verbo che si fa carne per condividere la nostra vita. Gesù è il Buon Pastore che viene a cercarci lì dove noi siamo: nei nostri problemi, nella nostra miseria. Lì viene Lui» (FRANCESCO, *Angelus*, 2-1-2022).

Pausa di silenzio - Canto

2L. «Cari fratelli e sorelle, spesso ci teniamo a distanza da Dio perché pensiamo di non essere degni di Lui per altri motivi. Ed è vero. Ma il Natale ci invita a vedere le cose *dal suo punto di vista*. Dio desidera incarnarsi. Se il tuo cuore ti sembra troppo inquinato dal male, ti sembra disordinato, per favore, non chiuderti, non avere paura: Lui viene. Pensa alla stalla di Betlemme. Gesù è nato lì, in quella povertà, per dirti che non teme certo di visitare il tuo cuore, di abitare una vita trasandata. È questa la parola: *abitare*. *Abitare* è il verbo che usa oggi il Vangelo per significare questa realtà: esprime una condivisione totale, una grande intimità. E questo Dio vuole: vuole abitare *con* noi, vuole abitare *in* noi, non rimanere lontano. E mi domando, a me, a voi e a tutti: noi, vogliamo fargli spazio? A parole sì; nessuno dirà: "Io no"; sì. Ma concretamente? Magari ci sono degli aspetti della vita che teniamo per noi, esclusivi, o dei luoghi interiori nei quali abbiamo paura che il Vangelo entri, dove non vogliamo mettere Dio in mezzo. Oggi vi invito alla concretezza. Quali sono le cose interiori che io credo che a Dio non piacciono? Qual è lo spazio che tengo soltanto per me e non voglio che lì Dio venga? Ognuno di noi sia concreto e rispondiamo a questo. "Sì, sì, io vorrei che Gesù venisse, ma questo che non lo tocchi; e questo no, e questo...". Ognuno ha il proprio peccato – chiamiamolo per nome – e Lui non si spaventa dei nostri peccati: è venuto per guarirci. Almeno

facciamoglielo vedere, che Lui veda il peccato. Siamo coraggiosi, diciamo: “Signore, io sono in questa situazione, non voglio cambiare. Ma tu, per favore, non allontanarti troppo”. Bella preghiera, questa. Siamo sinceri oggi. In questi giorni natalizi ci farà bene accogliere il Signore proprio lì. Come? Ad esempio stando davanti al presepe, perché esso mostra Gesù che viene ad abitare tutta la nostra vita concreta, ordinaria, dove non va tutto bene, ci sono tanti problemi – alcuni per colpa nostra, altri per colpa degli altri – e Gesù viene. Vediamo lì i pastori che lavorano duramente, Erode che minaccia gli innocenti, una grande povertà... Ma in mezzo a tutto questo, in mezzo a tanti problemi – e anche in mezzo ai nostri problemi – c’è Dio, c’è Dio che vuole abitare con noi. E attende che gli presentiamo le nostre situazioni, quello che viviamo. Allora, davanti al presepe, parliamo a Gesù delle nostre vicende concrete. *Invitiamolo ufficialmente* nella nostra vita, soprattutto nelle zone oscure: “Guarda, Signore, che lì non c’è luce, lì l’elettricità non arriva, ma per favore non toccare, perché non me la sento di lasciare questa situazione”. Parlare con chiarezza, concretezza. Le zone oscure, le nostre “stalle interiori”: ognuno di noi ne ha. E raccontiamogli senza paura anche i problemi sociali, i problemi ecclesiali del nostro tempo; i problemi personali, anche i più brutti: Dio ama abitare nella nostra stalla. La Madre di Dio, nella quale il Verbo si è fatto carne, ci aiuti a coltivare un’intimità maggiore con il Signore» (*ivi*).

Pensieri di santa Teresa di Gesù Bambino

Gesù mi dice che questa sorella bisogna amarla, che bisogna pregare per lei, anche quando il suo comportamento mi portasse a credere che non mi vuole bene (MC 295).

Non basta amare, bisogna dimostrarlo (MC 295).

Dare a tutte le sorelle quello che chiedono è meno dolce che offrire se stessi seguendo i moti del cuore (MC 296).

Quando ce lo chiedono gentilmente non ci costa dare, ma se sfortunatamente non usano parole abbastanza delicate, subito l’anima si ribella (MC 296).

Se è difficile dare a chiunque chiede, lo è molto di più lasciar prendere ciò che ci appartiene senza che sia nemmeno richiesto (MC 296).

Soltanto la carità può dilatare il mio cuore, o Gesù! Da quando questa dolce fiamma lo consuma, corro con gioia sulla via del comandamento nuovo! (MC 292).

Gesù non vuole che reclaims ciò che mi appartiene; e questo mi dovrebbe sembrare facile e naturale dal momento che niente è mio (MC 297).

Canto

Hai dato loro il pane disceso dal cielo
 Che porta in sé ogni dolcezza

Preghiamo.

Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo Corpo e del tuo Sangue, per sentire sempre in noi i benefici della redenzione. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

Oppure:

Ravviva, Signore, e accresci in noi la fede in Cristo Gesù, tuo Figlio e nostro Redentore, nato per noi dalla Vergine Maria, per noi morto sulla croce, e presente in questo sacramento, e fa' che dalla divina sorgente dell'Eucaristia attingiamo frutti di salvezza eterna. Per Cristo nostro Signore. Amen.

Benedizione col Santissimo

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 e immacolata Concezione.

Benedetta la sua gloriosa Assunzione.

Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.

Benedetto san Giuseppe, suo castissimo Sposo.

Benedetto Iddio nei suoi Angeli e nei suoi Santi.