

# Adorazione Eucaristica

T. 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 cli Dio, Maria santissima.  
Benedetta la sua santa ed Immacolata Concezione.  
Benedetta la sua gloriosa Assunzione.  
Benedetto il nome di Maria Vergine e Madre.  
Benedetto san Giuseppe, suo castissimo sposo.  
Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

## **CANTO: SALVE REGINA**

Salve Regina, madre di misericordia.  
Vita, dolcezza, speranza nostra salve. Salve, Regina.  
A te ricorriamo, esuli figli di Eva.  
A te sospiriamo, piangenti in questa valle di lacrime.  
Avvocata nostra, volgi a noi gli occhi tuoi,  
mostraci dopo questo esilio  
il frutto del tuo seno, Gesu'.  
Salve Regina, madre di misericordia.  
O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria Salve, Regina.  
Salve, Regina, salve, salve.

*L'immagine presente nelle pagine 1,3,4,7 è  
un'opera di p. Marko Ivan Rupnik, 2021*



## **CANTO di Esposizione:**

- P.** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.  
**T. Amen.**  
**P.** Il Dio della speranza e della pace che ci riunisce in una famiglia di famiglie, sia con tutti voi.  
**T. E con il tuo Spirito.**

**Coppia:** *Sia lodato e ringraziato ogni momento, il Santissimo e Divinissimo Sacramento.*

**Marito:** Gesù, tu hai detto: «Procuratevi non il cibo che perisce, ma quello che dura per la vita eterna, e che il Figlio dell'uomo vi darà».

**Moglie:** Questo cibo come famiglia ti chiediamo, mentre ti crediamo presente e ti adoriamo nel sacramento dell'Eucaristia.

**Coppia:** *Sia lodato e ringraziato ogni momento, il Santissimo e Divinissimo Sacramento.*

**Marito:** Gesù, tu hai detto: “Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà più sete...”.

**Moglie:** Eccoci, noi siamo qui con i nostri figli, i nostri amici, alla tua divina presenza per essere sfamati e dissetati.

**Coppia:** Sia lodato e ringraziato ogni momento, il Santissimo e Divinissimo Sacramento.

*Sostiamo alcuni minuti in silenzio profondo e adorante e interiorizziamo queste parole:*

**Grazie Signore per essere qui con noi.**

**INNO PASQUALE** di Asterio vescovo di Amasea) 410 d C.  
(*l'Inno viene proclamato alternando voci maschili e voci femminili*)

O notte più chiara del  
giorno] O notte più  
luminosa del sole!

O notte più bianca della neve,  
più illuminante delle nostre fiaccole,  
più soave del Paradiso.

O notte che non conosce tenebre;  
tu allontani il sonno, e ci fai vegliare con gli Angeli.

O notte, terrore dei demoni,  
notte pasquale, attesa per un anno!

Notte nuziale della Chiesa  
che dai la vita ai nuovi battezzati  
e rendi innocuo il demone intorpidito.

Notte in cui l'Erede introduce  
gli eredi nell'Eternità.

## **P. Preghiamo**

Dio e Signore della vita,  
aiuta tutte le famiglie, piccole chiese domestiche,  
a sperimentare quell'unità

Signore, nutrendoci dell'Eucarestia potremo crescere nell'amore e realizzare quel meraviglioso disegno che tu hai pensato creandoci l'uno per l'altra. **Preghiamo.**

Ti rendiamo grazie, Signore Gesù, perché hai accettato il dono del nostro amore umano per trasformarlo, per cambiargli la sostanza rendendolo divino. **Preghiamo.**

Signore Gesù, sposo della nostra famiglia, solo uniti a te il nostro amore sarà eterno, forte, invincibile, autentico e fecondo. **Preghiamo.**

Ti chiediamo perdono per quando ci siamo lasciati tentare dall'egoismo, abbiamo pensato solo alla nostra realizzazione, ai nostri interessi, ai nostri capricci separandoci da quell'unità della coppia che custodisce la famiglia. **Preghiamo.**

Accostandoci alla Comunione siamo, in un modo invisibile, una sola carne. Che questa unità ci porti alla fecondità, al dono del nostro amore che supera i confini di noi due per allargarsi dove tu desideri, Signore. **Preghiamo.**

Signore, ti doniamo i frutti del nostro servizio alla famiglia e per la famiglia. Sul nostro lavoro riconosciamo la tua presenza: continua a soffiare il tuo Spirito, così da santificare ogni nostro sacrificio fatto per amore. **Preghiamo.**

*Padre Nostro*

## **BENEDIZIONE EUCARISTICA**

*C. 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 in noi i benefici della redenzione. Tu sei Dio e vivi e regni con Dio Padre, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli.*

*T. Amen.*



## ***Dall'Esortazione apostolica Amoris Laetitia***

Abbiamo sempre parlato della inabitazione di Dio nel cuore della persona che vive nella sua grazia. Oggi possiamo dire anche che la Trinità è presente nel tempio della comunione matrimoniale. Così come abita nelle lodi del suo popolo (cfr *Sal 22,4*), vive intimamente nell'amore coniugale che le dà gloria (AL314). La presenza del Signore abita nella famiglia reale e concreta, con tutte le sue sofferenze, lotte, gioie e i suoi propositi quotidiani. Quando si vive in famiglia, lì è difficile fingere e mentire, non possiamo mostrare una maschera. Se l'amore anima questa autenticità, il Signore vi regna con la sua gioia e la sua pace. La spiritualità dell'amore familiare è fatta di migliaia di gesti reali e concreti. In questa varietà di doni e di incontri che fanno maturare la comunione, Dio ha la propria dimora. Questa dedizione unisce «valori umani e divini», perché è piena dell'amore di Dio. In definitiva, la spiritualità matrimoniale è una spiritualità del vincolo abitato dall'amore divino (AL 315). Se la famiglia riesce a concentrarsi in Cristo, Egli unifica e illumina tutta la vita familiare. I dolori e i problemi si sperimentano in comunione con la Croce del Signore, e l'abbraccio con Lui permette di sopportare i momenti peggiori. Nei giorni amari della famiglia c'è una unione con Gesù abbandonato che può evitare una rottura. Le famiglie raggiungono a poco a poco, «con la grazia dello Spirito Santo, la loro santità attraverso la vita matrimoniale, anche partecipando al mistero della croce di Cristo, che trasforma le difficoltà e le sofferenze in offerta d'amore». D'altra parte, i momenti di gioia, il riposo o la festa, e anche la sessualità, si sperimentano come una partecipazione alla vita piena della sua Risurrezione. I coniugi danno forma con vari gesti quotidiani a questo «spazio teologale in cui si può sperimentare la presenza mistica del Signore risorto» (AL 317).

### **TERZO MOMENTO**

#### ***La santità cresce nella comunione***

*P.* Invochiamo Dio Padre, che in Gesù Cristo ci ha riempiti di ogni benedizione, perché benedica le nostre famiglie e tutte le famiglie del mondo. Diciamo insieme:

***Benedici, Signore, le nostre famiglie.***

che l'Eucaristia realizza nella Chiesa e grazie alla quale il mondo può vedere la Tua gloria. A Te, Signore, ogni grazia e benedizione ora e sempre per tutti i secoli dei secoli.

**T. Amen.**

### **PRIMO MOMENTO**

#### ***Dio mostra la Sua santità in noi***

##### **L1 Dal libro del Profeta Ezechiele (36,23-27)**

Santificherò il mio nome grande, disonorato fra le genti, profanato da voi in mezzo a loro. Allora le genti sapranno che io sono il Signore - parola del Signore Dio - quando mostrerò la mia santità in voi davanti ai loro occhi. Vi prenderò dalle genti, vi radunerò da ogni terra e vi condurrò sul vostro suolo. Vi aspergerò con acqua pura e sarete purificati; io vi purificherò da tutte le vostre sozzure e da tutti i vostri idoli; vi darò un cuore nuovo, metterò dentro di voi uno spirito nuovo, toglierò da voi il cuore di pietra e vi darò un cuore di carne. Porrò il mio spirito dentro di voi e vi farò vivere secondo i miei statuti e vi farò osservare e mettere in pratica le mie leggi. *Parola di Dio*

##### **L2 Dall'Esortazione Apostolica *Gaudete et Exsultate*, di Papa Francesco (GE 15)**

*Lascia che la grazia del tuo Battesimo fruttifichi in un cammino di santità. Lascia che tutto sia aperto a Dio e a tal fine scegli Lui, scegli Dio sempre di nuovo. Non ti scorgi perché hai la forza dello Spirito Santo affinché sia possibile e la santità in fondo è il frutto dello Spirito Santo nella tua vita (cfr Gal5,22-23). Quando senti la tentazione di invischarti nella tua debolezza, alza gli occhi al Crocifisso e digli: "Signore, io sono un poveretto ma tu puoi compiere il miracolo di rendermi un poco migliore". Nella Chiesa, santa e composta da peccatori, troverai tutto ciò di cui hai bisogno per crescere verso la santità.*

***Sostiamo a/e alcuni minuti in silenzio profondo e interiorizziamo queste parole:***





**Signore abbi pietà di me,  
aumenta la mia fiducia in te.**

*Introduciamo il nostro silenzio adorante accompagnati  
dal canto di un canone di Taizè:*

***Misericordia Domini  
in aeternum cantabo.***

## SECONDO MOMENTO

***La santità nuziale risplende intorno a noi  
Dal Vangelo di Matteo (Mt 5,14-16)***

**L.** Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città che sta sopra un monte, né si accende una lampada per metterla sotto il moggio, ma sul candelabro, e così fa luce a tutti quelli che sono nella casa. Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli.

*Parola del Signore*

*«I coniugi, nel loro mutuo amore, ricevono il dono dello Spirito di Cristo e vivono la loro chiamata alla santità» (AL 69);*

*«ci sono molte coppie di sposi sante, in cui ognuno dei coniugi è stato strumento per la santificazione dell'altro. Vivere e lavorare con con altri è senza dubbio una via di crescita spirituale. San Giovanni della Croce diceva a un discepolo: stai vivendo con altri "perché ti lavorino e ti esercitino nella virtù"». (GE 141)*

*«Dio volle santificare e salvare gli uomini non individualmente e senza alcun legame tra loro, ma volle costituire di loro un popolo, che lo riconoscesse secondo la verità e lo servisse nella santità». (LG 9)*

***Sostiamo per alcuni minuti in silenzio profondo e adorante, interiorizzando le parole:***

**Grazie per la mia famiglia,  
grazie per queste famiglie che adorano Te.**

*Accompagniamo la preghiera con il canone di Taizè:  
Ubi caritas et amor, ubi caritas, deus ibi est*

*TESTIMONIANZA: il tempo per Dio e per noi*

E' iniziato tutto così, giorno dopo giorno. La fretta, le corse, il lavoro, i figli e abbiamo smesso di parlarci, di fermarci e dirci le cose, soprattutto quelle più profonde e personali. Ci siamo allontanati, si è creata una distanza e un silenzio davvero pesante tra noi. In apparenza sembrava non ci fossero problemi. La vita in parrocchia ci vedeva impegnati, ormai da anni, forse più per abitudine che per convinzione. Io presa dalle faccende domestiche, lui pensieroso per il lavoro, il calcetto e qualche vecchio amico. Mi sono sentita sola. Avevamo persino smesso di recitare la preghiera insieme prima di dormire. Lui si coricava prima di me ed io mi alzavo prima di lui. Un pomeriggio accompagno uno dei miei figli in parrocchia per le confessioni, entro in Chiesa e sento il parroco dire: "Da quanto tempo non parlate più con Dio? Chi non parla si allontana, succede tra le persone e accade anche con Dio". In un lampo mi passa per la mente il volto di mio marito, e mi ritrovo con le lacrime agli occhi. Ci siamo allontanati, ho paura di perderlo. Mi faccio il segno della croce, esco, prendo la macchina e mi dirigo verso il suo negozio. Quando mi vede, impallidisce e mi chiede: "è successo qualcosa di grave?". Si risponde, ci siamo allontanati, non parliamo da mesi, ho paura. Lui mi guarda, accenna un sorriso e mi dice: "Finalmente! Ti aspettavo, mi sono sentito solo". L'ho baciato, io che ho vergogna di tutto e di tutti. Lì, davanti alle commesse, come un'adolescente spensierata. Gli chiedo di prenderci due ore per noi. Afferra la giacca e usciamo. Prima di andare a bere un caffè mi porta in Chiesa e mi dice: "ricominciamo da qui. Lui ci ha aperto gli occhi". E' stato il nostro piccolo miracolo, eravamo ciechi e abbiamo rivisto la luce. Da quel giorno ogni santa sera, ci prendiamo cinque minuti per noi, ci raccontiamo quello che ci passa nel cuore e recitiamo una preghiera. Basta poco, ma un "poco" quotidiano. (Sandra e Flavio)

***RIFLESSIONE del Celebrante o lettura del brano***