

E poiché in questa Eucaristia io mi sono trasformato sostanzialmente in quel Pane vivo che dà alle anime la vita della grazia, ti prego perché questi tuoi figli e miei fratelli ne approfittino quotidianamente e ottengano in dono salvezza, grazia, forza e carità: «Hai dato loro il Pane del Cielo che porta in sé ogni dolcezza». Sì, Padre! Fa' che gustino tanto questo mio Pane, che ne diventino avidi e li trasformi in me. Questo Pane di vita li mantenga uniti a me, «perché rimangano in me e io in loro», in modo che io ed essi restiamo sempre insieme uniti nell'indissolubilità dell'amore. Allora anche Tu li amerai tanto da discendere con me nei loro cuori e in loro porremo la nostra dimora per sempre.

**Tutti:** Rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori.

**Letto:** Ti supplico ancora, Padre, di perdonare tutti i loro peccati poiché anch'essi sono disposti e pronti a perdonare ai loro fratelli. Anzi io voglio, come lo vuoi Tu, che essi siano i primi a perdonare cordialmente e totalmente ai loro offensori per assicurarsi il tuo perdono per ogni loro colpa.

**Tutti:** E non ci indurre in tentazione.

**Letto:** Siccome i miei fratelli riconoscono la loro debolezza e incapacità a restare fedeli e costanti verso di Te e verso di me, sentendo e sperimentando in sé che senza il nostro aiuto non riescono a resistere alle tentazioni, ti chiedo di non permettere che cadano nel peccato, ma Tu liberali da ogni male presente e futuro, spirituale e corporale.

**Tutti:** Ma liberaci dal male, amen.

#### RIFLESSIONE PERSONALE E ADORAZIONE SILENZIOSA

#### 6) MEDITAZIONE DEL CELEBRANTE

#### 7) PREGHIERA CONCLUSIVA

(In piedi)

**Celebrante:**

Fratelli e sorelle, la Parola del Signore ascoltata e meditata diventi preghiera.

**Tutti dicono insieme:**

Gesù mio. Alla tua voce e alla tua preghiera unisco la mia con il più intimo affetto della mente e del cuore. Padre buono, con l'eco della voce che esce dal cuore di tuo Figlio ti rinnovo qui la sua stessa preghiera, esaudiscimi per sua intercessione.

Con la Grazia togli ogni colpa che ostacola il tuo amore e che intralcia i benefici del tuo Figlio nella mia anima e Tu, dolcissimo Gesù, che sei mio avvocato presso il Padre e sei così appassionato del mio bene, tienimi sempre unito a Te, immedesima il mio con il tuo cuore pieno d'amore, affinché attraverso di Te le mie preghiere salgano fino al Padre come offerta gradita e io sia esaudito.

**Celebrante:**

E ora, proclamiamo la preghiera che Cristo ci ha lasciato come il modello di ogni preghiera: «Padre nostro...»

#### 8) INNO DEL PANGE LINGUA (si cantano le ultime due strofe a pag. 44)

#### 9) ORAZIONE FINALE

**Celebrante:** Preghiamo.

O Dio, che nel mistero eucaristico  
ci hai dato il pane vero disceso dal cielo,  
fa' che viviamo sempre in te  
con la forza di questo cibo spirituale  
e nell'ultimo giorno risorgiamo gloriosi alla vita eterna.  
Per Cristo nostro Signore.

**Assemblea:** Amen.

#### BENEDIZIONE EUCARISTICA

LODE LITANICA: DIO SIA BENEDETTO (si recita insieme a pag. 44 del libro dei canti)

CANTO FINALE

### Parrocchia Sacro Cuore di Gesù e Madonna di Loreto - Cosenza ADORAZIONE EUCARISTICA COMUNITARIA PRIMO GIOVEDÌ 5 NOV 2015

#### “Eucaristia: scuola di preghiera”

Signore, anche oggi sono qui da Te. Dopo tanto tempo che ho la fortuna di essere accolto da Te e di godere dell'intimità della tua conversazione, alla scuola della preghiera, mi accorgo di non avere ancora imparato a pregare. Tu mi hai promesso che qualunque grazia avessi chiesto al Padre nel tuo nome mi sarebbe stata concessa: «Qualunque cosa chiederete al Padre nel mio nome, egli ve la concederà». Ma io gli ho chiesto tante cose e non sono stato ancora esaudito. Manca forse alla mia preghiera una giusta disposizione del cuore? Non può essere altro: ne sono convinto. Perciò, Gesù mio e mio divin Maestro, oggi mi rivolgo a Te con profonda preghiera perché Tu interceda per me. Insegnami almeno una forma di preghiera che sia sicuramente gradita al Padre e, almeno per la mia insistenza, lo spinga a consolarmi.

Inno del Pange Lingua (si cantano le prime quattro strofe a pag.44) (In piedi)

#### 1) SALUTO E INTRODUZIONE ALLA PREGHIERA

**Celebrante:** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**Assemblea:** Amen. Gloria e lode a te, Signore Gesù.

**Celebrante:** Spirito Santo, grido nella nostra debolezza,

**Assemblea:** Invoca in noi il Padre.

**Celebrante:** Spirito Santo, effuso nei nostri cuori,

**Assemblea:** Donaci l'abbondanza della tua vita.

**Celebrante:** Spirito Santo, difensore dei poveri,

**Assemblea:** Consacraci nella verità.

**Celebrante:** Invochiamo lo Spirito Santo:

**Tutti dicono insieme:**

*Spirito Santo, vieni in aiuto alla nostra debolezza;  
non sappiamo infatti come pregare in modo conveniente,  
perché nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare,  
ma tu stesso intercedi con insistenza per noi. (cfr Rm 8,26)*

**Tutti cantano insieme:** Davanti al Re c'inchiniamo insieme  
per adorarlo con tutto il cuore;  
verso di lui eleviamo insieme  
canti di gloria al nostro re dei re. (2 volte)

ADORAZIONE SILENZIOSA

(Seduti)

## 2) TI ASCOLTO SIGNORE

(Mt 6, 5-15)

### Ascoltate la parola del Signore dal Vangelo secondo Matteo

Quando pregate, non siate simili agli ipocriti che amano pregare stando ritti nelle sinagoge e negli angoli delle piazze, per essere visti dagli uomini. In verità ti dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. Pregando poi, non sprecate parole come i pagani, i quali credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno ancor prima che gliele chiediate. Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome;  
venga il tuo regno;  
sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti

come noi li rimettiamo ai nostri debitori,  
e non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal male.

Se voi infatti perdonerete agli uomini le loro colpe, il Padre vostro celeste perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe.

### ADORAZIONE SILENZIOSA

## 3) RIFLESSIONI PER CONTEMPLARE LA PAROLA DEL SIGNORE

Il Padre nostro è un testo di grande importanza, che può aiutarci a comprendere chi è il cristiano. È subito chiaro che il "Padre nostro" è una parola di Dio rivolta a noi, più che una nostra preghiera rivolta a Lui. È un riassunto del Vangelo. Non è Dio che deve convertirsi sollecitato dalle nostre preghiere: siamo noi che dobbiamo convertirci. Per capire la preghiera del Cristo non basta conoscere il messaggio del Regno. Bisogna sentirne fino in fondo gli interessi e vivere la stessa avventura.

Anche in questo senso il "Padre nostro" è la preghiera del discepolo, cioè di colui che ha lasciato tutto - senza riserve - per seguire il Maestro e ha fatto del Regno l'unica ragione della propria esistenza.

[...] *Padre*: è il nome con cui Gesù si rivolge costantemente a Dio, ed esprime la sua filiazione. Il discepolo ha il diritto di pregare come Cristo, in qualità di figlio. E sta in questo nuovo rapporto l'originalità cristiana (Gal 4,6; Rm 8,15). La familiarità nel rapporto con Dio - che nasce dalla consapevolezza di essere amati e di essere figli - è spesso ricordata nel Nuovo Testamento (Ef3,11-12): il vocabolo usato per esprimerla è *parresia*, che possiamo tradurre con "disinvolta e confidente familiarità".

Ma a differenza di Luca, Matteo non si accontenta di questo. Egli aggiunge al nome Padre l'aggettivo "nostro", esplicitando in tal modo l'aspetto comunitario. E aggiunge "che sei nei cieli", richiamando in tal modo la trascendenza e la signoria di Dio. [...] *Sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà*. Il verbo della prima invocazione è al passivo: secondo l'uso ebraico ciò significa che il protagonista è Dio, non l'uomo. La santificazione del nome è opera di Dio. La preghiera è semplicemente un atteggiamento che fa spazio all'azione di Dio, una disponibilità. [...] Per capire la seconda invocazione bisogna rifarsi a tutta la predicazione di Gesù, incentrata appunto sull'annuncio del Regno. Il Regno ha una presenza oggi, ma ha, nello stesso tempo, un compimento alla fine: questo è assai chiaro nella predicazione di Gesù e nell'attesa delle prime comunità. I ... ] La venuta del Regno comprende la vittoria definitiva sul male, sulla divisione, sul disordine e sulla morte. Il discepolo chiede e aspetta tutto questo. Bisogna però ricordare che la preghiera - che afferma la consapevolezza della dipendenza e della grazia - implica contemporaneamente un'assunzione di responsabilità: il discepolo attende il Regno come un dono e insieme chiede il coraggio di costruirlo. La terza invocazione non fa che interiorizzare le prime due, sottolineando maggiormente il loro aspetto morale. Si tenga presente che per "volontà di Dio" non si intende semplicemente il complesso dei comandamenti, ma piuttosto il "disegno di salvezza" che deve realizzarsi nella storia. È importante la precisione "come in cielo così in terra". Il senso è che bisogna anticipare qui in terra la vita del mondo nuovo. San Paolo dirà che la città terrestre è una "colonia" che cerca di costruirsi a imitazione della patria. *Dacci oggi il nostro pane quotidiano*. La domanda del pane si direbbe la più umile (e qualcuno direbbe forse la più meschina), ma è al centro, e questo ne indica l'importanza. Diverse cose vanno notate. C'è un senso di dipendenza: il pane è nostro, è frutto del nostro lavoro, eppure è anche nel contempo

dono di Dio. C'è un senso di comunitarietà: si prega per il pane comune. E c'è, soprattutto, un senso di sobrietà: si chiede per oggi il pane sufficiente, nulla più. Il Regno è al primo posto: il resto in funzione di esso. Il ricordo corre alla manna (Es 16,19-21) e alla preghiera dell'antico saggio CPr 30,7-9). Anche le ultime tre domande (*rimetti a noi i nostri debiti, non ci indurre in tentazione, liberaci dal male*) riguardano il Regno di Dio, ma dentro di noi. Il Regno è anzitutto l'avvento della misericordia. Il termine "debito" non è il più indicato per indicare il peccato, dal momento che - come ci è detto nella parabola del prodigo - il peccato è soprattutto un tradimento dell'amore di Dio, un sottrarsi alla presenza del Padre, una sfiducia. Potrebbe sembrare, a prima vista, che il nostro perdono fraterno condizioni il perdono di Dio. In realtà è a rovescio. Si legga la parabola di Mt 18,23-35: il contrasto fra i due quadri della parabola intende mostrare quanto sia degno di condanna il servo che non perdona dal momento che egli fu *per primo* perdonato. Il discepolo chiede di essere liberato (o meglio aiutato) dalle tentazioni (che però non sono tanto le sollecitazioni al male quanto le prove a cui la fede viene sottoposta). Il pensiero corre spontaneamente alle piccole e svariate tentazioni quotidiane. Però la tentazione del discepolo non è tutta lì: è più profonda. È simile alla tentazione di Cristo (4,1-11), è lo scandalo di fronte alla passione, è la sfiducia e lo scoraggiamento di fronte a un Dio che appare troppe volte imprevedibile. La vita del Cristo fu un continuo confronto con satana. Il discepolo chiede di far propria la vittoria del Maestro. Anziché tradurre "liberaci dal male" è forse meglio tradurre "liberaci dal maligno". Notevole: la preghiera si apre con il Padre e termina con il maligno, l'avversario. L'uomo è nel mezzo, conteso, sollecitato da una parte e dall'altra. Nessun pessimismo però. Il discepolo sa che Cristo ha già vinto satana.

## 4) PREGO CON LA TUA PAROLA Salmo (143)

### Rit. Signore, ascolta la mia preghiera.

*Signore, ascolta la mia preghiera,  
porgi l'orecchio della mia supplica,  
tu che sei fedele, e per la tua giustizia rispondimi.  
Non chiamare in giudizio il tuo servo:  
nessun vivente davanti a te è giusto. Rit.*

*Il nemico mi perseguita, calpesta a terra la mia vita,  
mi ha regalato nelle tenebre come i morti  
da gran tempo. Rit.*

*In me languisce il mio spirito,  
si agghiaccia il mio cuore.  
Ricordo i giorni antichi,  
ripenso a tutte le tue opere,  
medito sui tuoi prodigi. Rit.*

*A te protendo le mie mani,  
sono davanti a te come terra riarata.  
Rispondimi presto, Signore,  
viene meno il mio spirito. Rit.*

*Non nascondermi il tuo volto,  
perché non sia come chi scende nella fossa.  
Al mattino fammi sentire la tua grazia,  
poiché in te confido. Rit.*

*Fammi conoscere la strada da percorrere,  
perché a te si innalza l'anima mia.  
Salvami dai miei nemici,  
Signore, a te mi affido. Rit.*

*Insegnami a compiere il tuo volere,  
perché sei tu il mio Dio.  
Il tuo spirito buono mi guidi in terra piana.  
Per il tuo nome, Signore, fammi vivere,  
liberami dall'angoscia, per la tua giustizia. Rit.*

*Per la tua fedeltà disperdi i miei nemici,  
fa' perire chi mi opprime,  
poiché io sono tuo servo. Rit.*

## 5) ED ORA CONTEMPLA

**Letto:** Eterno divin Padre, guarda tuo Figlio e ascoltalo! Un giorno agli apostoli, hai chiesto di ascoltarlo: «Questi è il mio Figlio prediletto, ascoltatelo». Ma oggi io prego Te di ascoltarlo mentre da questo altare ti parla e prega per me. Ascoltalo!

**Tutti:** Padre nostro che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome.

**Letto:** Padre buono, è così grande il mio amore per Te che non desidero altro che di saperti e di vederti conosciuto, benedetto e amato da tutti. Vorrei che il tuo nome adorabile sia invocato, lodato e santificato ogni giorno da tutte le creature del cielo e della terra poiché Tu sei il loro creatore.

**Tutti:** Venga il tuo regno.

**Letto:** Ti prego di scendere dal cielo e di stabilire il regno grande della tua grazia e del tuo amore nelle anime che hai creato a tua immagine e somiglianza, così che si possa dire che Tu regni nel cuore degli uomini e che gli uomini portando la tua legge scolpita nel cuore, siano, con i fatti, tuoi veri figli fedeli alla tua Parola.

**Tutti:** Sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra.

**Letto:** Aiutali affinché tutti i fratelli che ti affido conoscano la tua volontà e la possano e la sappiano compiere perfettamente, come ho fatto io quando ero tra loro e come fanno i tuoi angeli in cielo.

**Tutti:** Dacci oggi il nostro pane quotidiano.

**Letto:** Oggi e ogni giorno dona ai tuoi poveri, che lo domandano, quel cibo spirituale che è loro necessario per la salvezza e anche il pane materiale per conservare la salute e le forze, per cui possano dedicarsi totalmente, anima e corpo al tuo servizio.