

Adorazione Eucaristica II Domenica Quaresima 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...

Ecce mi, 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 ...

O Padre, che ci chiami ad ascoltare il tuo amato Figlio, guidaci con la tua parola, perché purificati interiormente, possiamo godere la visione della tua gloria.

O Padre, che hai fatto risplendere la tua gloria sul volto del tuo Figlio in preghiera, donaci un cuore docile alla sua parola perché possiamo seguirlo sulla via della croce ed essere trasfigurati a immagine del suo corpo glorioso.

Canto al Vangelo (*Mc 9,7*)

Dalla nube luminosa, si udì la voce del Padre: «Questi è il mio Figlio, l'amato: ascoltatelo!».

Vangelo (*Lc 9,28-36*)

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elia, apparsi nella gloria, e parlavano del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme.

Pietro e i suoi compagni erano oppressi dal sonno; ma, quando si svegliarono, videro la sua gloria e i due uomini che stavano con lui. Mentre questi si separavano da lui, Pietro disse a Gesù: «Maestro, è bello per noi essere qui. Facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli non sapeva quello che diceva. Mentre parlava così, venne una nube e li coprì con la sua ombra. All'entrare nella nube, ebbero paura. E dalla nube uscì una voce, che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!». Appena la voce cessò, restò Gesù solo. Essi tacquero e in quei giorni non riferirono a nessuno ciò che avevano visto.

Pausa di silenzio - Canto

1L. «Il Vangelo della Trasfigurazione che abbiamo ascoltato riporta quattro azioni di Gesù. Ci farà bene seguire ciò che compie il Signore, per trovare nei suoi gesti le indicazioni per il nostro cammino.

Il primo verbo – la prima di queste azioni di Gesù – è *prendere con sé*: Gesù, dice il testo, “*prese con sé* Pietro, Giacomo e Giovanni” (Lc 9,28). È Lui che prende i discepoli, ed è Lui che ci ha presi accanto a sé: ci ha amati, scelti e chiamati. All'inizio c'è il mistero di una grazia, di un'elezione. Non siamo stati anzitutto noi a prendere una decisione, ma è stato Lui a chiamarci, senza meriti nostri. Prima di essere quelli che hanno fatto della vita un dono, siamo coloro che hanno ricevuto un dono gratuito: il dono della gratuità dell'amore di Dio. Il nostro cammino [...] ha bisogno di ripartire ogni giorno da qui, dalla *grazia originaria*. Gesù ha fatto con noi come con Pietro, Giacomo e Giovanni: ci ha chiamati per nome e ci ha presi con sé. Ci ha presi per mano. Per portarci dove? Al suo monte santo, dove già ora ci vede per sempre con Lui, trasfigurati dal suo amore. Lì ci conduce la grazia, questa grazia primaria, primigenia. Allora, quando proviamo amarezze e delusioni, quando ci sentiamo sminuiti o incompresi, non perdiamoci in rimpianti e nostalgie. Sono tentazioni che paralizzano il cammino, sentieri che non portano da nessuna parte. Prendiamo invece in mano la nostra vita a partire dalla grazia, dalla chiamata. E accogliamo il regalo di vivere ogni giorno come un tratto di strada verso la meta.

Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni: il Signore prende i discepoli insieme, li prende come comunità. La nostra chiamata è radicata nella comunione. Per ripartire ogni giorno, oltre al mistero della nostra elezione, occorre far rivivere la grazia di essere stati *presi nella Chiesa*, nostra santa Madre gerarchica, e *per la Chiesa*, nostra sposa. Siamo di Gesù [...]. Non stanchiamoci di chiedere la forza di costruire e custodire la comunione, di essere *lievito di fraternità* per la Chiesa e per il mondo. Non siamo solisti in cerca di ascolto, ma fratelli disposti in coro. *Sentiamo con la Chiesa*, respingiamo la tentazione di inseguire successi personali e di fare cordate.

Non lasciamoci risucchiare dal clericalismo che irrigidisce e dalle ideologie che dividono. I Santi che ricordiamo oggi sono stati dei *pilastri di comunione*. Ci ricordano che in Cielo, nonostante le nostre diversità di caratteri e di vedute, siamo chiamati a stare insieme. E se saremo per sempre uniti lassù, perché non cominciare fin da ora quaggiù? Accogliamo la bellezza di essere stati presi insieme da Gesù, chiamati insieme da Gesù. Questo è il primo verbo: *prese*.

Il secondo verbo: *salire*. Gesù “salì sul monte” (v. 28). La strada di Gesù non è in discesa, è un’ascesa. La luce della trasfigurazione non arriva in pianura, ma dopo un cammino faticoso. Per seguire Gesù bisogna dunque lasciare le pianure della mediocrità e le discese della comodità; bisogna lasciare le proprie abitudini rassicuranti per compiere *un movimento di esodo*. Infatti, salito sul monte, Gesù parla con Mosè ed Elia proprio “del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme” (v. 31). Mosè ed Elia erano saliti sul Sinai od Oreb dopo due esodi nel deserto (cfr *Es* 19; *1 Re* 19); ora parlano con Gesù dell’esodo definitivo, quello della sua pasqua. [...] Solo la salita della croce conduce alla meta della gloria. Questa è la strada: dalla croce alla gloria. La tentazione mondana è ricercare la gloria senza passare dalla croce. Noi vorremmo vie note, diritte e spianate, ma per trovare la luce di Gesù occorre continuamente uscire da sé stessi e salire dietro di Lui. Il Signore che, come abbiamo ascoltato, dall’inizio “condusse fuori” Abramo (*Gen* 15,5), invita anche noi a uscire e salire.

[...] L’uscita e la salita seguono un percorso specifico, che il monte ben simboleggia. Nella Scrittura la cima dei monti rappresenta l’estremità, il limite, il confine tra terra e cielo. E noi siamo chiamati a uscire per andare proprio lì, *ai confini tra terra e cielo*, lì dove l’uomo “affronta” Dio con fatica; a condividere la sua ricerca scomoda e il suo dubbio religioso. Lì dobbiamo essere e per farlo occorre uscire e salire. Mentre il nemico della natura umana vuole convincerci a tornare sempre sugli stessi passi, quelli della ripetitività sterile, della comodità, del già visto, lo Spirito suggerisce aperture, dà pace senza lasciare mai in pace, invia i discepoli agli estremi confini. Pensiamo a Francesco Saverio.

E mi viene in mente che per fare questa strada, questo cammino, bisogna *lottare*. Pensiamo al povero vecchio Abramo: lì, con il sacrificio, lottando contro gli avvoltoi che volevano mangiarsi l’offerta (cfr *Gen* 15,7-11). E lui, con il bastone, li cacciava via. Il povero vecchio. Guardiamo questo: lottare per difendere questo cammino, questa strada, questa nostra consacrazione al Signore» (FRANCESCO, Omelia Santa Messa nell’anno ignaziano e in occasione del IV centenario della canonizzazione di s. Ignazio di Loyola, s. Francesco Saverio, s. Teresa di Gesù, s. Isidoro Labrador e s. Filippo Neri, Chiesa del Gesù in Roma, 12-3-2022).

Pausa di silenzio - Canto

2L. «Il discepolo di ogni ora si trova di fronte a questo bivio. E può fare come Pietro, che mentre Gesù parla di esodo, dice: “È bello essere qui” (v. 33). C’è sempre il pericolo di una fede statica, “parcheggiata”. Ho paura delle fedi “parcheggiate”. Il rischio è quello di ritenersi discepoli “per bene”, che in realtà non seguono Gesù ma restano fermi, passivi e, come i tre del Vangelo, senza accorgersi si assopiscono e dormono. Anche nel Getsemani, questi stessi discepoli, dormiranno. Pensiamo [...] che per chi segue Gesù non è tempo di dormire, di lasciarsi narcotizzare l’anima, di farsi anestetizzare dal clima consumistico e individualistico di oggi, per cui la vita va bene se va bene a me; per cui si parla e si teorizza, ma si perde di vista la carne dei fratelli, la concretezza del Vangelo. Un dramma del nostro tempo è chiudere gli occhi sulla realtà e girarsi dall’altra parte. Santa Teresa ci aiuti a uscire da noi stessi e a salire sul monte con Gesù, per accorgerci che Lui si rivela anche attraverso le piaghe dei fratelli, le fatiche dell’umanità, i segni dei tempi. Non avere paura di toccare le piaghe: sono le piaghe del Signore. Gesù salì sul monte, dice il Vangelo, “a pregare” (v. 28). Ecco il terzo verbo, *pregare*. E “mentre pregava [...] il suo volto cambiò d’aspetto” (v. 29). La trasfigurazione nasce dalla preghiera. Chiediamoci, magari dopo tanti anni di ministero, che cos’è oggi per noi [...] pregare. Forse la forza dell’abitudine e una certa ritualità ci hanno portati a credere che la preghiera non trasformi l’uomo e la storia. Invece pregare è trasformare la realtà. È una missione attiva, un’intercessione continua. Non è distanza dal mondo, ma cambiamento del mondo. Pregare è portare il palpito della cronaca a Dio perché il suo sguardo si spalanchi sulla storia. [...]

E ci farà bene oggi domandarci se la preghiera ci immerge in questa trasformazione; se getta una luce nuova sulle persone e trasfigura le situazioni. Perché se la preghiera è viva, “scardina dentro”, ravviva il fuoco della missione, riaccende la gioia, provoca continuamente a lasciarci inquietare dal grido sofferente del mondo. [...] E pensiamo alla preghiera di San Filippo Neri, che gli dilatava il cuore e gli faceva aprire le porte ai ragazzi di strada. O a Sant’Isidoro, che pregava nei campi e portava il lavoro agricolo nella preghiera. *Prendere* in mano ogni giorno la nostra chiamata personale e la nostra storia comunitaria; *salire* verso i confini indicati da Dio uscendo da noi stessi; *pregare* per trasformare il mondo in cui siamo immersi. C’è infine il quarto verbo, che compare all’ultimo versetto del Vangelo odierno: “Restò Gesù solo” (v. 36). Restò Lui, mentre tutto era passato ed echeggiava solo “il testamento” del Padre: “Ascoltatelo” (v. 35). Il Vangelo termina riportandoci all’essenziale. Siamo spesso

tentati, nella Chiesa e nel mondo, nella spiritualità come nella società, di far diventare primari tanti bisogni secondari. [...] Rischiamo, in altre parole, di concentrarci su usi, abitudini e tradizioni che fissano il cuore su ciò che passa e fanno dimenticare quel che resta. Quanto è importante lavorare sul cuore, perché sappia distinguere ciò che è secondo Dio, e rimane, da quello che è secondo il mondo, e passa! [...] Il santo padre Ignazio ci aiuti a custodire il discernimento, nostra eredità preziosa, tesoro sempre attuale da riversare sulla Chiesa e sul mondo. Esso permette di “vedere nuove tutte le cose in Cristo”. È essenziale, per noi stessi e per la Chiesa, perché, come scriveva Pietro Favre, “tutto il bene che si possa realizzare, pensare od organizzare, si faccia con buon spirito e non con quello cattivo” (*Memorial*, Paris 1959, n. 51). Così sia» (*ivi*).

Pensieri di santa Teresa di Gesù Bambino

Sono una piccolissima anima che può offrire al buon Dio solo piccolissime cose (MC 328).

Mi succede ancora di lasciarmi scappare piccoli sacrifici che danno tanta pace all'anima (MC 328).

Il Signore è così buono verso di me che mi è impossibile temerlo (MC 329).

Il Signore mi ha sempre dato quello che ho desiderato o meglio mi ha fatto desiderare quello che voleva darmi (MC 329).

Colui che amo, mi mandò una prova che doveva mescolare una salutare amarezza a tutte le mie gioie (MC 329).

Gesù mi ha unita con vincoli dell'anima due dei suoi apostoli, che sono diventati miei fratelli (MC 329).

Un giovane seminarista chiedeva una sorella che l'aiutasse con le sue preghiere e sacrifici quando sarebbe stato missionario (MC 330).

Il buon Dio non si stanca di ascoltarmi quando gli dico con tutta semplicità le mie pene e le mie gioie (MC 330).

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.

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.