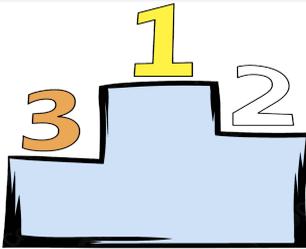




# Adorazione Eucaristica

Che cos'è l' ADORAZIONE



Riconoscere Dio al 1 posto nella mia vita

come?  
donando a lui del Tempo



PREGHIERA silenziosa  
( del cuore)



riflessione/ meditazione



EUCARISTICA

Ci si mette davanti a Gesù  
presente nell'eucaristia  
per lasciarsi "abbronzarsi" dal suo amore



## Prepariamoci ad accogliere il Signore

nell'attesa dell'esposizione, rimaniamo in silenzio.  
Silenzio di preparazione ed apertura del cuore per accogliere  
Gesù Eucaristia. (*l'ostensorio non a caso a forma di sole*)

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

Amen.

canto: Tu sei la mia vita

*Nel momento dell'esposizione ci inginocchiamo.*

Cel: Sia lodato ringraziato in ogni momento

Tutti.: **il Santissimo e Divinissimo Sacramento.**



Cel: Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo

Tutti.: **come era nel principio, ora e sempre, nei secoli dei secoli.**

**Amen.**

*Antifona:* **Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno**

**gruppo 1.** Signore, tu vedi infondo al mio cuore;  
se mi alzo o se mi siedo tu lo sai; tu scruti i miei pensieri più  
segreti, non ho ancora pronunciato una parola e tu già la sai.

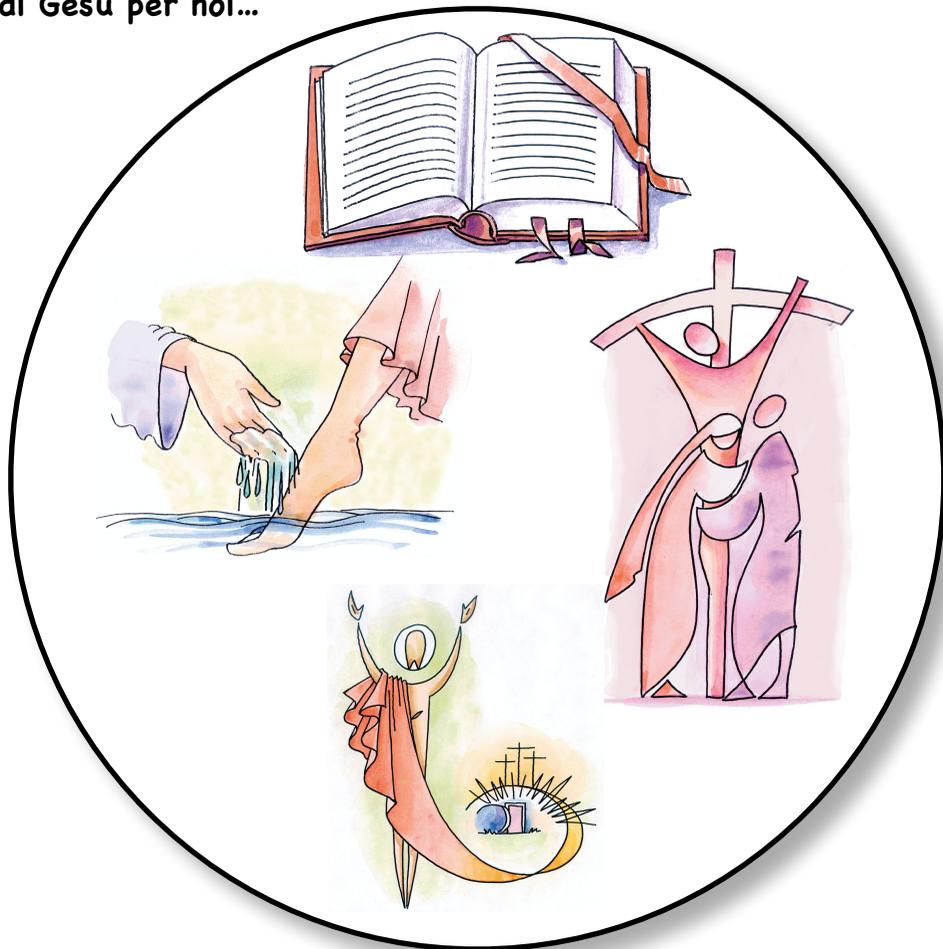
**gruppo 2.** Tu mi stringi da ogni parte e la tua mano è sopra di me. Dove  
potrei andare lontano da te? Dove potrei fuggire fuori dalla tua  
presenza?



**Tutti.** Sei tu che mi hai formato nel grembo di mia madre; ti ringrazio per  
quello che sono, per quest'opera misteriosa e grande delle Tue mani.

**Gloria al Padre...** *poi antifona*

Guardando " con la fede" nell'eucarestia noi vediamo l'amore di Gesù per noi...



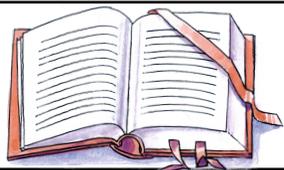
quello che egli ha fatto per noi nei giorni di Pasqua, perchè anche noi facessimo lo stesso ai fratelli:

- lavato i piedi : **SERVIZIO**
- morto per noi: **AMORE**
- risorto per noi: **VITA**



*ora alcuni minuti di silenzio con sottofondo musicale  
per lasciarci guardare dall'amore di Dio*

Tutto nasce dall'ascolto  
della parola del Signore



Dice Gesù: "Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo. Io sono il pane della vita..."

Quando fu l'ora, prese posto a tavola e gli apostoli con lui, e disse: «Ho desiderato ardentemente di mangiare questa Pasqua con voi, prima della mia passione, ... Poi, preso un pane, rese grazie, lo spezzò e lo diede loro dicendo: «Questo è il mio corpo che è dato per voi; fate questo in memoria di me»...



Quando furon vicini al villaggio, Gesù fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: "Resta con noi perché si fa sera ..." Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista...

Il diavolo lo condusse in alto, gli mostrò in un istante tutti i regni della terra e gli disse: "Ti darò tutto questo potere e la loro gloria... Perciò, se ti prostrerai in adorazione dinanzi a me, tutto sarà tuo". Gesù gli rispose: "Sta scritto: Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto".



Piccola traccia per pregare insieme. (prima si legge insieme)

Signore Gesù,  
con te presente nel Pane Eucaristico,  
camminiamo ora, pellegrini sulle strade del nostro paese,  
simbolo delle strade del mondo.



 Vogliamo camminare insieme, con la Chiesa  
che trova in te la sorgente della sua identità  
e il sostegno nella sua missione .

Attraversando i luoghi dove la gente vive, va a scuola  
lavora, gioisce, soffre e muore, **vogliamo ascoltarti**,  
riconoscerti e annunciarti  
come il nostro Signore e il nostro Dio.



Le nostre strade siano le tue strade,  
le nostre case siano case per te e per i fratelli.



Mettiamo sotto i tuoi occhi le sofferenze degli ammalati,  
la solitudine degli anziani,  la fatica di chi è stanco e affaticato  
per la pandemia, per le guerre   
e ogni forma di violenza,  
affinché la vita di ciascuno  
sia penetrata dalla tua presenza.

 Ti ringraziamo per il **dono dell'Eucaristia**  
e ti chiediamo di farci tornare al gusto del pane,  
frutto della terra e del lavoro dell'uomo, segno del tuo amore.

Dall'altare alle nostre mense quotidiane,  
sia nutrimento di vita nuova per noi e per il mondo,  
accrezca la comunione, rafforzi i legami,  
profumi di perdono, nutra la fraternità.

**A te il nostro amore**, la nostra lode e la nostra adorazione.

*ora si rilegge cercando una o più le parole per me belle!*

## Spunti di riflessione

(musica di sottofondo)

E nel silenzio dell'adorazione ecco alcuni spunti di riflessione e di lode.

- O Signore, io credo che tu sei qui. Ti offri al mio sguardo per purificarmi. Tu mi parli continuamente e mi doni il tuo Spirito Santo.
- O Signore, io credo che tu mi ami. Hai donato tutto te stesso per amore. Tu vuoi la mia felicità. Mi rendi fratello con tutti gli uomini della terra.
- Nel silenzio, incontro Gesù, vivo nell'Eucaristia. Nasce un dialogo tra me e Lui.
- Gesù mi conosce e mi chiama per nome. Ha dato la sua vita per me.
- Gesù mi prepara un futuro di gioia. Mi ha donato il suo Spirito Santo perché sia capace di amare come lui.

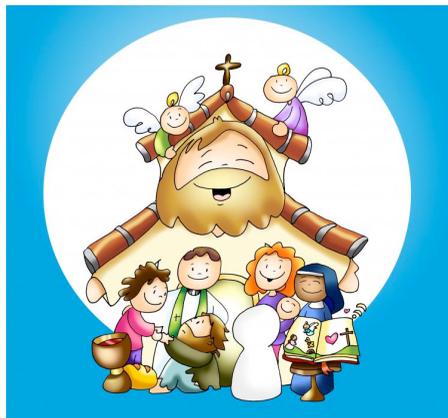
## Lodiamo insieme il Signore: Litanie a Gesù Cristo

**Guida:** Ripetiamo insieme: A te la lode e la gloria.

**Tutti : A te la lode e la gloria.**

**Letture** - Gesù, Figlio amato del Padre

- Gesù, concepito per opera dello Spirito Santo
- Gesù, figlio della Vergine Maria
- Gesù, nato per la nostra salvezza
- Gesù, luce delle genti
- Gesù, battezzato nel Giordano
- Gesù, consacrato dallo Spirito
- Gesù, inviato dal Padre
- Gesù, maestro di verità
- Gesù, guaritore degli infermi
- Gesù, consolazione dei sofferenti
- Gesù, misericordia dei peccatori
- Gesù nostro amico



## La parola di papa Francesco

**L'impegno di vivere da cristiani inizia dalla Domenica.**

La domenica, la partecipazione all'Eucaristia ha un'importanza particolare. Questo giorno, si offre quale giorno del risanamento delle relazioni dell'essere umano con Dio, con sé stessi, con gli altri e con il mondo. La domenica è il giorno della Risurrezione, il "primo giorno" della nuova creazione, la cui primizia è l'umanità risorta del Signore, garanzia della trasfigurazione finale di tutta la realtà creata. Inoltre, questo giorno annuncia «il riposo eterno dell'uomo in Dio». *Laudato síi num-237*

### INTERCESSIONI

Ripetiamo insieme: Ti rendiamo grazie, Signore.

**Tutti** Ti rendiamo grazie, Signore.

**Letto:** - Padre di ogni dono, da te discende tutto ciò che siamo e abbiamo.

- Insegnaci a riconoscere i benefici della tua immensa bontà.
- Fa' che possiamo rallegrarci per la serenità del cielo e servirci sempre dei doni della tua bontà.
- Il pane che riceviamo dalla tua generosità e dall'impegno di tanti uomini e donne, ci dia speranza e forza nella fatica.
- Accompagna il lavoro delle nostre mani, perché grazie alla benedizione da te accordata ai semi gettati nella terra, tutti siano nutriti da raccolti abbondanti.
- Concedi che tutti abbiano un lavoro dignitoso e, solidali gli uni con gli altri, possano servire i loro fratelli.
- Tu, che affidi le risorse della natura al lavoro dell'uomo, donaci di collaborare con te al compimento della creazione.



Preghiamo insieme ora come Gesù ci ha insegnato:

## PADRE NOSTRO

canto:

**Cel:** 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.



Tutti Amen.

## BENEDIZIONE EUCARISTICA

*(In ginocchio,  
in silenzio lasciamo che lo sguardo di Gesù si posi sulle nostr vite).*

## ACCLAMAZIONI

*insieme di seguito*

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 Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.