

Cos'è l'Adorazione Eucaristica?



L'Eucaristia è il più grande tesoro della Chiesa offerto a tutti affinché tutti possano ricevere attraverso essa abbondanti grazie e benedizioni. L'Eucaristia è il sacramento del sacrificio di Cristo, del quale facciamo memoria e ogni Santa Messa rende attuale ed è anche la sua Presenza viva in mezzo a noi. *Adorare è entrare in relazione intima con il Signore presente nel Santissimo Sacramento*, è la risposta di fede e di amore a Colui che essendo Dio, si è fatto uomo, nostro Salvatore, ci ha amati fino a donare la sua vita per noi e continua ad amarci di amore eterno. È il riconoscimento della misericordia e della maestà del Signore, che ha scelto la forma del Pane per rimanere con noi fino alla fine del mondo.

*Sappiate che il Signore vuole il vostro cuore,
non quello degli altri;
vuole il pensiero e la preghiera di questo cuore,
come espressione naturale del nostro
amore per Lui. La confidenza, dunque,
la semplicità e l'amore vi accompagnino sempre nell'adorazione.
Ciò che più tristemente impedisce
lo sviluppo dell'amore e della grazia in noi
è questo, che non appena noi arriviamo ai piedi del Signore,
incominciamo a parlargli di noi, dei nostri peccati, dei nostri difetti,
della nostra povertà spirituale;
ci affatichiamo insomma lo spirito alla vista delle nostre miserie
e ci rattristiamo il cuore alla vista della nostra ingratitudine
e della nostra infedeltà (Pier Giuliano Eymard)
Non fate così. Siccome il primo movimento dell'anima influisce
ordinariamente su tutta l'azione, dirigetevi subito verso Dio e ditegli parole
di gratitudine per tutto quello che vi dona,
la felicità per quanto vivete nella vita ordinaria,
la sua bontà nei nostri confronti
che ci chiama ad essere Suoi strumenti per farlo incontrare agli altri.
L'amore allora vi ha già aperta la porta del cuore di Gesù:
entrate, amate, adorare!*

Primo momento

Invoco lo Spirito Santo perché mi aiuti a vivere questo particolare e prezioso momento di silenzio. Lo posso fare con una preghiera mia spontanea o con questa:

Vieni, o Spirito Santo
e donami un cuore puro, pronto ad amare Cristo Signore
con la pienezza, la profondità e la gioia che tu solo sai infondere.
Donami un cuore puro,
come quello di un bambino che non conosce il male
se non per combatterlo e fuggirlo.

Vieni, o Spirito Santo
e donami un cuore grande,
aperto alla tua parola ispiratrice e chiuso ad ogni meschina ambizione.
Donami un cuore grande e forte capace di amare tutti,
deciso a sostenere per loro ogni prova, noia e stanchezza,
ogni delusione e offesa.
Donami un cuore grande, forte e costante fino al sacrificio,
felice solo di palpitare con il cuore di Cristo e di compiere umilmente,
fedelmente e coraggiosamente la volontà di Dio. Amen.
Paolo VI, Papa

Ringrazio il Signore per i doni che mi fa: posso portare qui davanti a Lui i vari volti delle persone a me care, gli amici, i parenti e chi ho nel cuore.

Secondo momento

Posso fermarmi e riflettere sul Salmo 27 (26) "Il Signore è mia luce e mia salvezza, di chiavrò paura?" oppure sul salmo 62(63) "O Dio tu sei il mio all'aurora ti cerco".

Salmo 26/27

Il Signore è mia luce e mia salvezza:
di chiavrò timore?

Il Signore è difesa della mia vita:
di chiavrò paura?

Quando mi assalgono i malvagi
per divorarmi la carne,
sono essi, avversari e nemici,
a inciampare e cadere.

Se contro di me si accampa un esercito,
il mio cuore non teme;
se contro di me si scatena una guerra,
anche allora ho fiducia.

Una cosa ho chiesto al Signore,
questa sola io cerco:
abitare nella casa del Signore
tutti i giorni della mia vita,
per contemplare la bellezza del Signore
e ammirare il suo santuario.

Nella sua dimora mi offre riparo
nel giorno della sventura.
Mi nasconde nel segreto della sua tenda,
sopra una roccia mi innalza.

E ora rialzo la testa
sui nemici che mi circondano.
Immolerò nella sua tenda sacrifici di vittoria,
inni di gioia canterò al Signore.

Ascolta, Signore, la mia voce.
Io grido: abbi pietà di me, rispondimi!
Il mio cuore ripete il tuo invito:
"Cercate il mio volto".

Il tuo volto, Signore, io cerco.

Non nascondermi il tuo volto,
non respingere con ira il tuo servo.
Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.

Mio padre e mia madre
mi hanno abbandonato,
ma il Signore mi ha raccolto.

Mostrami, Signore, la tua via,
guidami sul retto cammino,
perché mi tendono insidie.

Sono certo di contemplare
a bontà del Signore
nella terra dei viventi.

Spera nel Signore, sii forte,
si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore.



Commento

"*Il Signore è mia luce*", dice il salmista. La luce è fonte di vita, fa vedere le cose, dona letizia e il salmista trova in Dio la sua luce, la sua sorgente di letizia, la sua conoscenza delle cose. E il Signore è pure sua salvezza assistendolo contro i nemici, che altrimenti prevarrebbero su di lui e gli strazierebbero la carne, tanto lo odiano. Ma col Signore non vede perché dovrebbe avere paura: "*Di chi avrò timore... di chi avrò paura?*".

E' tanto sicuro nel Signore che se anche un esercito si accampasse contro di lui il suo cuore non temerebbe, e se si arrivasse alla battaglia e ne fosse nel folto anche allora avrebbe fiducia di vincere. Egli non ha ambizioni di potere, di onori e ricchezze. Ha chiesto una sola cosa al Signore e questa sola cerca: "*Abitare nella casa del Signore tutti i giorni della mia vita*". Noi chiediamo di vivere sempre centrati nell'Eucaristia, nella viva appartenenza alla Chiesa, in ammirazione della sua bellezza di pace, di carità, di fede, di speranza, di sacrificio, di testimonianza, di operosità instancabile.

"La casa del Signore" è per il salmista il luogo di rifugio offertogli dal Signore nel giorno della sventura, quando c'è la prova, la tribolazione. In essa si sente protetto, come nascosto, dalla turba degli uomini, e nello stesso tempo come posto su di una rupe inattaccabile.

Confortato nella casa del Signore non è pavido, ma in pieno sole rialza la testa da vincente, ha il coraggio di lottare certo della vittoria, che celebrerà nell'esultanza: "*Immolerò nella sua tenda sacrifici di vittoria*". Noi non immoleremo tori o capri, bensì faremo offerte dei risultati del superamento del giorno in cui eravamo prossimi alla rovina, e faremo banchetti con i fratelli poveri. Il salmista ritorna sulla sua situazione di dolore, trovando sempre conforto nella fede.

Umile, non può che presentarsi come reo di molti peccati davanti al Signore e chiede di non essere respinto con ira da Signore.

Egli ha un programma: "Cercare il volto del Signore", per conoscerlo sempre di più e così sempre di più amarlo. E, ancora, cerca il volto del Signore per riceverne la volontà e la benevolenza. Il salmista mostra le sue ferite passate, la sua storia di dolore: "*Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato, ma il Signore mi ha raccolto*".

Ora è saldo e sicuro, ma insidiato da falsi testimoni che lo vogliono trascinare in giudizio e per questo diffondono negli animi violenza contro di lui. Ma anche se costoro avessero da prevalere egli è certo di "*contemplare la bontà del Signore nella terra dei viventi?*", nel cielo e poi un giorno nella risurrezione, nella creazione rinnovata.

Salmo 62/63

O Dio, tu sei il mio Dio,
all'aurora ti cerco,
di te ha sete l'anima mia,
a te anela la mia carne,
come terra deserta,
arida, senz'acqua.

Così nel santuario ti ho cercato,
per contemplare la tua potenza
e la tua gloria.

Poiché la tua grazia vale più della vita,
le mie labbra diranno la tua lode.

Così ti benedirò finché io viva,
nel tuo nome alzerò le mie mani.
Mi sazierò come a luto convito,
e con voci di gioia ti loderà la mia bocca.

Quando nel mio giaciglio di te mi ricordo
e penso a te nelle veglie notturne,
a te che sei stato il mio aiuto,
esito di gioia all'ombra delle tue ali.

A te si stringe l'anima mia
e la forza della tua destra mi sostiene.

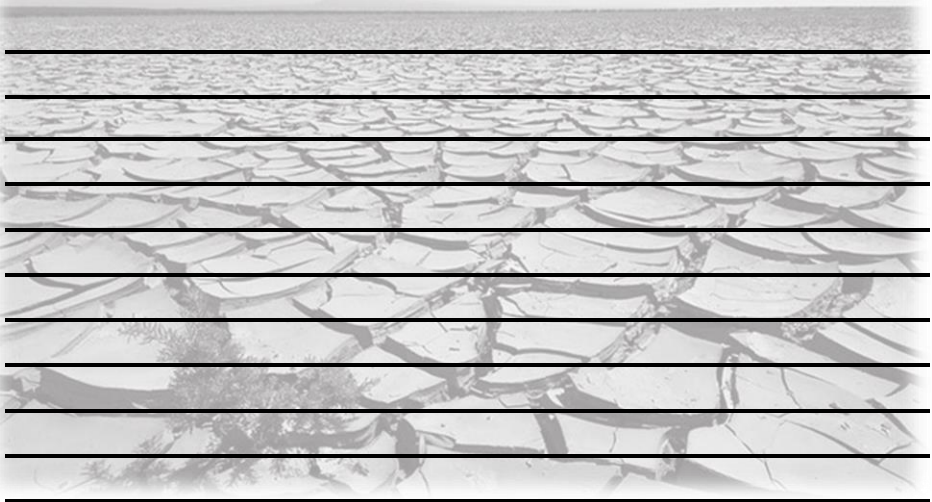
Commento

Salmo molto amato dalla tradizione mistica per la sete e la fame di Dio che lo pervade, questa lirica è anche un capolavoro di compattezza simbolica, nonostante il mutare delle tonalità, dalla supplica all'inno. Sul filo della simbologia fisica si distende una vera e propria geografia dell'anima: essa ha sete dell'infinito come il terreno palestinese arido, assetato, screpolato dalla calura; essa ha fame delle carni dei sacrifici (v. 6), cioè del culto, le sue labbra attendono il miele della lode. La meta è quella di un abbraccio tanto sognato, dopo una notte di veglia e di attesa: «A te l'esser mio si stringe» (v. 9). Ma questo cantico dell'intimità totale con Dio si chiude su una scena fosca, popolata di sciacalli, di spade, di luoghi bui e infernali, di esseri bugiardi. È la proclamazione della fine del male: nell'adesione mistica si scopre un ottimismo irrefrenabile nei confronti della storia. «Non possiamo chiederti nulla, tu conosci i nostri bisogni prima ancora che nascano; il nostro bisogno sei tu. Nel darci te stesso, ci dai tutto» (Kh. Gibran).

Ravasi

Terzo momento

Annota i tuoi pensieri...



Come ultimo gesto puoi avvicinarti all'altare e accendere un lumino segno della luce ricevuta in questo tempo che ti sei concesso e che ti può servire ad illuminare le persone incontri.