

## ADORAZIONE EUCARISTICA PERSONALE PER LA QUARESIMA 2020

Fin dal medioevo la Chiesa riconosce l'efficacia dell'Adorazione eucaristica come preghiera personale che ci guida al mistero pasquale di Cristo. Adorare la sua presenza nel Sacramento è fare silenzio perché lui possa parlarti, fare spazio all'incontro desiderato con la Parola che passa nella tua vita.

Anche in questi tempi di prova, in cui sperimentiamo che la Comunione, che spesso abbiamo data per scontata, non è un diritto ma sempre un dono di un Altro per cui ringraziare, rinnova la tua disponibilità a stare qualche momento accanto al Signore della tua vita.

### **Salmo 28**

A te grido, Signore, mia roccia,  
con me non tacere:  
se tu non mi parli,  
sono come chi scende nella fossa.

Ascolta la voce della mia supplica,  
quando a te grido aiuto,  
quando alzo le mie mani  
verso il tuo santo tempio.

Non trascinarvi via con malvagi e  
malfattori,  
che parlano di pace al loro prossimo,  
ma hanno la malizia nel cuore.

Ripagali secondo il loro agire,  
secondo la malvagità delle loro azioni;  
secondo le opere delle loro mani,  
rendi loro quanto meritano.

Non hanno compreso l'agire del Signore  
e l'opera delle sue mani:  
egli li demolirà, senza più riedificarli.

Sia benedetto il Signore,  
che ha dato ascolto alla voce della mia  
supplica.

Il Signore è mia forza e mio scudo,  
in lui ha confidato il mio cuore.

Mi ha dato aiuto: esulta il mio cuore,  
con il mio canto voglio rendergli grazie.

Forza è il Signore per il suo popolo,  
rifugio di salvezza per il suo consacrato.  
Salva il tuo popolo e benedici la tua  
eredità,  
sii loro pastore e sostegno per sempre.

### **Richiesta di perdono**

Signore, che hai preso su di te le nostre sofferenze,  
e hai portato i nostri dolori, abbi pietà di noi.

Cristo, che nella tua bontà verso tutti  
sei passato beneficiando e risanando gli infermi,  
abbi pietà di noi.

Signore, che hai detto ai tuoi Apostoli  
di imporre le mani sugli infermi,  
abbi pietà di noi.



## Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 19,25-37)

Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria madre di Clèopa e Maria di Màgdala. Gesù allora, vedendo la madre e accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: «Donna, ecco tuo figlio!». Poi disse al discepolo: «Ecco tua madre!». E da quell'ora il discepolo l'accolse con sé.

Dopo questo, Gesù, sapendo che ormai tutto era compiuto, affinché si compisse la Scrittura, disse: «Ho sete». Vi era lì un vaso pieno di aceto; posero perciò una spugna, imbevuta di aceto, in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. Dopo aver preso l'aceto, Gesù disse: «È compiuto!». E, chinato il capo, consegnò lo spirito.

Era il giorno della Parasceve e i Giudei, perché i corpi non rimanessero sulla croce durante il sabato - era infatti un giorno solenne quel sabato -, chiesero a Pilato che fossero spezzate loro le gambe e fossero portati via. Vennero dunque i soldati e spezzarono le gambe all'uno e all'altro che erano stati crocifissi insieme con lui. Venuti però da Gesù, vedendo che era già morto, non gli spezzarono le gambe, ma uno dei soldati con una lancia gli colpì il fianco, e subito ne uscì sangue e acqua.

Chi ha visto ne dà testimonianza e la sua testimonianza è vera; egli sa che dice il vero, perché anche voi crediate. Questo infatti avvenne perché si compisse la Scrittura: Non gli sarà spezzato alcun osso. E un altro passo della Scrittura dice ancora: Volgeranno lo sguardo a colui che hanno trafitto.

## DAL COSTATO DI CRISTO NASCE LA CHIESA (DON LORENZO ROSSI)

*Dal dono di Cristo nasce la Chiesa*

È così che, per mezzo di questa effusione, **dal fianco** squarciato di Gesù, dal suo costato, nasce la chiesa, come dal costato di Adamo è tratta Eva. È una nuova creazione: dal nuovo Adamo, l'uomo perfetto Gesù Cristo, nasce la nuova Eva, la Chiesa-madre e sposa del Signore. Al riguardo sono eloquenti le parole che Gesù dalla croce rivolge alla madre: "Donna, ecco tuo figlio!". E al discepolo: "Ecco tua madre!". Gesù si rivolge alla madre, la chiama **donna**, come a Cana: "Donna che vuoi da me?". Non è ancora giunta la mia ora!". **Gesù parla come uno sposo si rivolge alla sua sposa**: non più da figlio ma da Sposo. Nell'ora della sua gloria, che coincide con l'innalzamento sulla croce, Gesù cessa di essere il figlio di Maria per diventare il Figlio. Dalla croce Gesù ridefinisce i ruoli tra sé, la madre e il Discepolo Amato. In quel momento, innalzato da terra, **Gesù "dismette" il ruolo di figlio per diventare il Figlio-Sposo della Madre-Chiesa**. Nel Quarto Vangelo la madre non è mai menzionata per nome perché è più che la madre di Gesù; ella è anzitutto figura simbolica della Chiesa. Da sposo Gesù si rivolge alla sua sposa per ricordarle che ha un figlio, il Discepolo Amato. Poi si rivolge al Discepolo e le affida la Madre.

Oggi Gesù, dalla croce, si rivolge anche a **noi**. Ricorda **alla Chiesa** - a noi come comunità - che ha dei figli che ha molti figli giovani figli, **discepoli amati da Gesù** tanto quanto il Discepolo Amato! Figli vicini e altri che sono lontani, figli giovani e vecchi, sani e malati.

E si rivolge *agli amati discepoli* – a ciascuno di noi – ricordando loro che sono figli, perché **hanno una madre** che non è matrigna e si prende cura di loro. E li invita ad amare la propria madre, prendendosi cura di lei.

*Tutto è compiuto*

Sulla croce si compie l'ora di Gesù, l'ora della sua glorificazione, l'atto supremo di amore per la sua chiesa e sposa. **Tutto è compiuto: lo sposo ha amato la sposa!** Sulla croce si compie l'unione tra lo sposo e la sposa: Dio dona tutto se stesso alla sua sposa e la accoglie totalmente con la sua bellezza e le sue fragilità. Sulla croce l'amore di Gesù per la chiesa raggiunge la perfezione: "Tutto è compiuto!". Sono le ultime parole di Gesù nel vangelo di Giovanni. Sulla croce si consuma l'atto supremo d'amore di Cristo per la sua Chiesa sino alla *fine*.

Come lo sposo e la sposa consumano il loro amore, cioè **lo portano alla totalità** nel dono totale e reciproco di sé, così Gesù sulla croce: egli dona tutto se stesso e accoglie totalmente la sua chiesa-umanità (così come è, con la sua bellezza e le sue rughe). Si consuma per lei, si dà sino alla fine! Non c'è rapacità in lui, non c'è volontà di prevaricazione o di possesso: Gesù in croce è tutto dono e dona il suo **sangue!**

Sulla croce si compie la sua vicenda terrena: mai egli si è tirato indietro, anche nel momento doloroso dell'arresto, Gesù si fa avanti, si dona, non retrocede, ha da compiere la sua missione!

*Perfetti come Gesù nell'amore*

La visione del Crocifisso ci coinvolge e ci chiede di amare come il Figlio, **donandoci totalmente e accogliendo totalmente**. Vogliamo pregare il Padre perché ci doni la perfezione dell'amore, la forza di non indietreggiare e d'intraprendere scelte coraggiose, strade di coraggio per tutta la vita.

È Cristo stesso che chiede ai suoi un amore così: "Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io vi ho amati". Un amore tanto esigente sarebbe presuntuosa follia se il Figlio dalla croce non ci avesse consegnato l'Amore del Padre, cioè la forza dello Spirito che ci lava e ci purifica nell'acqua e nel sangue che sgorgano dal suo costato.

La perfezione dell'amore di Cristo non è anzitutto la statura a cui l'uomo può presumere di arrivare ma il dono di grazia che Dio in Cristo gli trasmette, donandogli la perfezione del suo Amore, cioè il suo Spirito. **La perfezione** che desideriamo viene dal dono di Cristo, non da noi! **Scaturisce dal suo costato**. La chiesa è nata dal dono di Cristo, nuovo Adamo, e continua a rigenerarsi nel dono di Cristo. La forza di un amore perfetto, di un amore che si consuma viene da Cristo, dal suo corpo e dal suo sangue, dall'**acqua** e dal **sangue** che sgorgano dal suo fianco dalla partecipazione all'Eucaristia, atto attraverso cui la Chiesa è resa capace di perpetuare il dono che Cristo fa di sé.

## Intenzioni di preghiera

Per ogni intenzione si possono recitare Ave Maria, Padre Nostro e Gloria.

- Signore, nella sua misericordia libera la tua Chiesa da ogni peccato.
- Signore, sii vicino ad ogni malato e confortalo con la tua vicinanza.
- Signore, reca sollievo alle sofferenze delle famiglie di chi soffre.
- Signore, assisti quanti si dedicano alla cura e al servizio dei malati.
- Signore, dona vita e salvezza eterna a coloro che credono in te.
- Signore, nella sua potenza liberaci da ogni male del corpo, dell'anima e della mente.

### **Salmo 103**

Benedici il Signore, anima mia,  
quanto è in me benedica il suo santo  
nome.

Benedici il Signore, anima mia,  
non dimenticare tutti i suoi benefici.

Egli perdona tutte le tue colpe,  
guarisce tutte le tue infermità,  
salva dalla fossa la tua vita,  
ti circonda di bontà e misericordia,  
sazia di beni la tua vecchiaia,  
si rinnova come aquila la tua giovinezza.

Il Signore compie cose giuste,  
difende i diritti di tutti gli oppressi.  
Ha fatto conoscere a Mosè le sue vie,  
le sue opere ai figli d'Israele.

Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.

Non è in lite per sempre,  
non rimane adirato in eterno.

Non ci tratta secondo i nostri peccati  
e non ci ripaga secondo le nostre colpe.

Perché quanto il cielo è alto sulla terra,  
così la sua misericordia è potente su  
quelli che lo temono; quanto dista  
l'oriente dall'occidente,  
così egli allontana da noi le nostre  
colpe.

Come è tenero un padre verso i figli,  
così il Signore è tenero verso quelli che  
lo temono,  
perché egli sa bene di che siamo  
plasmati,  
ricorda che noi siamo polvere.

L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!  
Come un fiore di campo, così egli  
fiorisce.

Se un vento lo investe, non è più,  
né più lo riconosce la sua dimora.

Ma l'amore del Signore è da sempre,  
per sempre su quelli che lo temono,  
e la sua giustizia per i figli dei figli,  
per quelli che custodiscono la sua  
alleanza  
e ricordano i suoi precetti per osservarli.

Il Signore ha posto il suo trono nei cieli  
e il suo regno domina l'universo.  
Benedite il Signore, angeli suoi,  
potenti esecutori dei suoi comandi,  
attenti alla voce della sua parola.

Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,  
suoi ministri, che eseguite la sua volontà.  
Benedite il Signore, voi tutte opere sue,  
in tutti i luoghi del suo dominio.  
Benedici il Signore, anima mia.