

Parrocchia San Benedetto

Roma



“LUCE nella NOTTE”

Adorazione eucaristica

11 Dicembre 2021

Introduzione

Guida: *In questo tempo di Avvento la Chiesa ci invita a vegliare e ci sussurra le parole della sacra scrittura «Svegliati, o tu che dormi, e Cristo ti illuminerà». Questa Parola accende in noi la speranza di una nuova Luce, di una nuova vita che può germogliare in questo tempo speciale, nel quale la chiamata di Dio diventa più pressante. In questa Adorazione Eucaristica lasciamo illuminare quella parte del nostro cuore ancora avvolta dalla oscurità, dal torpore e dal sonno. Svegliarsi, vegliare e pregare sono i tre atteggiamenti del cuore che ci aprono la strada per poter fare del bene nell'attesa del Signore che viene.*

1 PARTE

Cel. Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. **Amen**

Cel. Il Dio della speranza, che ci riempie di ogni gioia e pace nella fede, per la potenza dello Spirito santo, sia con tutti voi. **E con il tuo Spirito**

Cel. All'inizio della nostra preghiera invochiamo lo Spirito Santo.

Canto Invochiamo la tua presenza

Invochiamo la tua presenza vieni Signor.

Invochiamo la tua presenza scendi su di noi.

Vieni Consolatore e dona pace e umiltà.

Acqua viva d'amore questo cuore apriamo a Te.

Rit. Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!

Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!

Vieni su noi Maranathà, vieni su noi Spirito!

Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!

Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi, scendi su di noi.

Invochiamo la tua presenza, vieni Signor,

Invochiamo la tua presenza scendi su di noi.

Vieni luce dei cuori dona forza e fedeltà.

Fuoco eterno d'amore questa vita offriamo a te. **Rit.**



ESPOSIZIONE SS. SACRAMENTO

Canto Adoro te

Sei qui davanti a me, o mio Signore
Sei in questa brezza che ristora il cuore
Roveto che mai si consumerà
Presenza che riempie l'anima

Rit. Adoro Te, fonte della vita

Adoro Te, Trinità infinita

I miei calzari leverò su questo santo suolo

Alla presenza Tua mi prostrerò

Sei qui davanti a me o Mio Signor
Nella Tua grazia trovo la mia gioia
Io lodo, ringrazio e prego perché
Il mondo ritorni a vivere in Te
A vivere in Te *Rit.*



ADORAZIONE SILENZIOSA 1

Canoni di Taizé - Niente ti turbi

Niente ti turbi, niente ti spaventi:
chi ha Dio niente gli manca. Niente ti turbi, niente ti spaventi: solo Dio basta.

Tu sei Re

Tu sei Re

Tu sei Re

Sei Re Gesù!

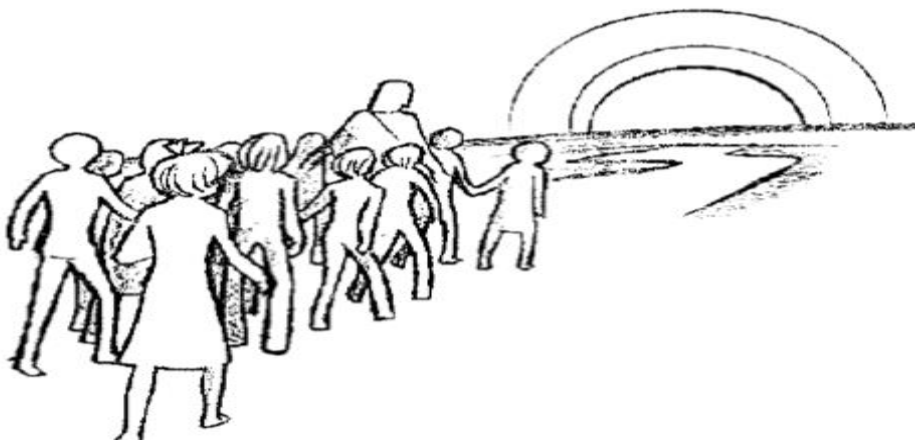
Noi eleviamo i nostri cuori
Noi eleviamo le nostre mani
Rivolte verso il Tuo trono
Lodando Te!

Momento della Parola

G.: Davanti all'Eucarestia, adoriamo Cristo presente tra noi, adoriamo il Signore, il maestro, il fratello nel cammino, adoriamo il mistero dell'amore che per noi quotidianamente si fa carne. Mettiamoci in atteggiamento di adorazione e predisponiamoci all'ascolto della sua Parola.

Dal Libro del profeta Isaia (9,1-6)

Il popolo che camminava nelle tenebre vide **una grande luce**; su coloro che abitavano in terra tenebrosa **una luce rifulse**. Hai moltiplicato la gioia, hai aumentato la letizia. Gioiscono davanti a te come si gioisce quando si miete e come si gioisce quando si spartisce la preda. Poiché il giogo che gli pesava e la sbarra sulle sue spalle, il bastone del suo aguzzino tu hai spezzato come al tempo di Madian. Poiché ogni calzatura di soldato nella mischia e ogni mantello macchiato di sangue sarà bruciato, sarà esca del fuoco. Poiché un bambino è nato per noi, ci è stato dato un figlio. Sulle sue spalle è il segno della sovranità ed è chiamato: Consigliere ammirabile, Dio potente, Padre per sempre, Principe della pace; grande sarà il suo dominio e la pace non avrà fine sul trono di Davide e sul regno, che egli viene a consolidare e rafforzare con il diritto e la giustizia, ora e sempre; questo farà lo zelo del Signore degli eserciti.



Segno della LUCE/Lanterna.



Viene portato in processione il Simbolo della Lanterna mentre la G. legge:

Questa lucerna è simbolo della luce che è Verità; del Cammino che è Ricerca; del Pellegrinaggio che è Incontro. La lucerna è rivisitata nella sua essenza di essere Luce. Luce che porta alla fede, sconfiggendo il

buio del peccato. Luce di resurrezione dalla morte. Luce di santità, che viene dallo spirito. E' la luce che il pellegrino deve portare con sé, tornando a casa, rinnovato nella Fede, certo nella Speranza, arricchito in Virtù.

Come gesto di ringraziamento per i doni che il Signore ci ha concesso in questa adorazione, ci recheremo all'altare, in fila, portando il lumino acceso che abbiamo ricevuto, questo segno indica che noi uniamo la nostra vita a quella di Gesù, per essere anche noi Luce per il Mondo che attende il suo Amore.

I lumini verranno accesi, deposti ai piedi dell'altare e si ritira un bigliettino. Durante la processione, si esegue il Canto:

Luce del mondo (Sono qui a lodarti)

Luce del mondo nel buio del cuore,
vieni ed illuminami

Tu mia sola speranza di vita, Resta per sempre con me.

Rit.: Sono qui a lodarti, qui per adorarti

qui per dirti che tu sei il mio dio

e solo tu sei santo, sei meraviglioso degno e glorioso sei per me

Re della storia Re nella Gloria, Sei sceso in terra fra noi.

Con umiltà il tuo trono hai lasciato,

Per dimostrarci il tuo amor. ***Rit.***

Luce del mondo, che hai vinto la notte.

Apri i miei occhi e vedrò. Ti adorerà questo cuore per sempre Gesù speranza sei

Tu.

2 PARTE

ADORAZIONE SILENZIOSA 2

Salmo 119,105-114

Ritornello Taize:

**Questa notte non è più notte davanti a te
il buio come luce risplende**

Lampada per i miei passi è la tua parola,
luce sul mio cammino.

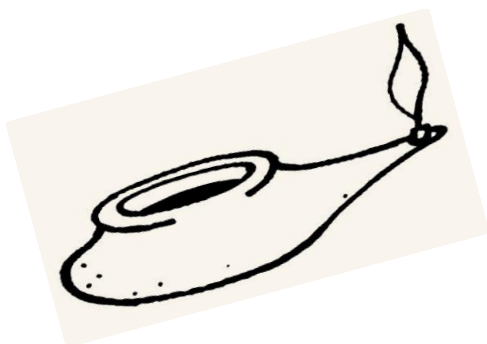
Ho giurato, e lo confermo,
di custodire i tuoi precetti di giustizia. RIT

Sono stanco di soffrire, Signore,
dammi vita secondo la tua parola.
Signore, gradisci le offerte delle mie labbra,
insegnami i tuoi giudizi. RIT

La mia vita è sempre in pericolo,
ma non dimentico la tua legge.
Gli empi mi hanno teso i loro lacci,
ma non ho deviato dai tuoi precetti. RIT

Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti,
sono essi la gioia del mio cuore.
Ho piegato il mio cuore ai tuoi comandamenti,
in essi è la mia ricompensa per sempre. RIT

Detesto gli animi incostanti,
io amo la tua legge.
Tu sei mio rifugio e mio scudo,
spero nella tua parola. RIT
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo...



Canto Dammi i tuoi occhi

Dammi i Tuoi occhi voglio veder,
dammi le parole per parlar, io ti voglio amar.
Dammi i Tuoi piedi io voglio andar,
dammi i Tuoi desideri per sperar, io ti voglio lodar.
Dammi ciò di cui ho bisogno per raggiungere Te.

Rit. Inondami Dio della Tua luce, prendi il mio tempo è per Te, traccia il cammino che devo seguir. Dammi i Tuoi sogni i Tuoi respiri i Tuoi pensieri il Tuo sentir, eccomi Padre, Ti voglio servir.

Voglio veder ciò che vedi Tu, dammi la Tua grazia il Tuo poter,
voglio darti il mio cuor...
voglio guardare dentro Te, essere trasformato dal Tuo amor,
voglio darti il mio cuor. Dammi ciò di cui ho bisogno per raggiungere Te. ***Rit.***

PREGHIERA CORALE

Nella tua luce noi vediamo la luce.
Padre della luce, non permettere che il potere delle
tenebre domini il nostro cuore,
ma apri con la grazia del tuo Spirito i nostri occhi!
Cristo Gesù, vera luce venuta nel mondo
a illuminare, guarisci le nostre cecità,
vinci il buio che ci assedia,
perché impariamo a vedere.
La tua luce smascheri i nostri cuori
per ritrovarti come unica stella
che guida la nostra vita



Taizé - Il Signore è la mia forza

Il Signore è la mia forza, e io spero in lui,
il Signore è il Salvatore, in Lui confido non ho timor,
in Lui confido non ho timor.

Segno della CULLA VUOTA

G.: *Non conosciamo il momento in cui ritornerà il Signore, ma sappiamo che la sua prima venuta ha aperto il regno di Dio. Ai piedi dell'altare mettiamo questa culla vuota per accogliere Te; non tanto per metterci una tua statua di gesso, ma per far spazio nella nostra vita a Te, un Dio vivo e reale, un Dio divenuto uomo per rendere noi consapevoli di essere figli amati dal Padre.*

Durante il segno Canto:

Canto Maranathà

**Rit. Maranathà, Maranathà
Vieni, Vieni Signore Gesù.**

Il mondo attende la luce del tuo volto,
le sue strade son solo oscurità;
rischiara i cuori di chi ti cerca,
di chi è in cammino incontro a te.

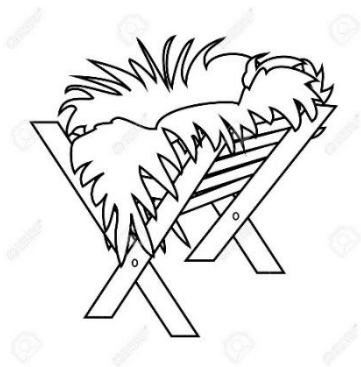
RIT.

Vieni per l'uomo che cerca la sua strada,
per chi soffre, per chi non ama più,
per chi non spera, per chi è perduto
e trova il buio attorno a sé.

RIT.

Tu ti sei fatto compagno nel cammino,
ci conduci nel buio insieme a te,
tu pellegrino sei per amore,
mentre cammini accanto a noi.

RIT.



3 PARTE

ADORAZIONE SILENZIOSA 3

Salmo 26

Il Signore è mia luce e mia salvezza,
di chi avrò paura?

Il Signore è difesa della mia vita,
di chi avrò timore?

Quando mi assalgono i malvagi
per straziarmi 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 divampa la battaglia,
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 gustare la dolcezza del Signore
ed ammirare il suo santuario.

Egli mi offre un luogo di rifugio
nel giorno della sventura.
Mi nasconde nel segreto della sua dimora,
mi solleva sulla rupe.

E ora rialzo la testa
sui nemici che mi circondano;



immolerò nella sua casa sacrifici d'esultanza, inni di gioia canterò al Signore.
Ascolta, Signore, la mia voce.
Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.
Di te ha detto il mio cuore: «Cercate il suo volto»;
il tuo volto, Signore, io cerco.

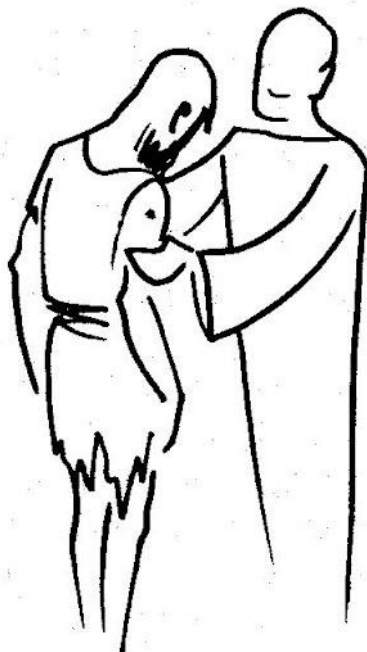
Non nascondermi il tuo volto,
non respingere con ira il tuo servo.
Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.

Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato,
ma il Signore mi ha raccolto.
Mostrami, Signore, la tua via,
guidami sul retto cammino,
a causa dei miei nemici.

Non espormi alla brama dei miei avversari;
contro di me sono insorti falsi testimoni
che spirano violenza.
Sono certo di contemplare la bontà del Signore
nella terra dei viventi.
Spera nel Signore, sii forte,
si rinfranchi il tuo cuore e spera nel Signore

Taizé - Il Signore ti ristora

Il Signore ti ristora
Dio non allontana
Il Signore viene ad incontrarti
Viene ad incontrarti



Let. 1 – diciamo Tutti insieme: MOSTRACI SIGNORE IL TUO VOLTO.

Let.- Nei momenti bui della nostra vita.

Let.- Quando siamo stanchi e delusi.

Let.- Quando siamo scoraggiati.

Let. - Quando il nostro cuore si indurisce.

Let. - Quando non vediamo le necessità dei fratelli.

Let. - Quando siamo di cattivo esempio e di scandalo.

Canto Il mio canto sale a te

Gesù son qui davanti a te

Per adorarti e proclamarti mio Re

Gesù son qui davanti a te

Tutta la lode del mio cuore innalzo a t

Rit. Ed il mio canto sale a te Gesù

Per esaltare ed onorare il nome tuo

Ed il mio canto sale a te Gesù

Con le mani alzate verso il trono tuo

Gesù son qui accanto a te

Al mio fianco ed io mai più vacillerò

Gesù sei qui accanto a me

Tutta la gioia del mio cuore canto a te

Rit.



Rit. Inizio e fine preghiera:

Il Signore è mia luce e mia salvezza

di chiavrò timore egli è difesa della mia vita di chiavrò paura

Preghiera:

Dio, che in principio dicesti: “sia la luce”

fa' che i miei occhi esultino per tutte le cose belle

fa' che ogni persona accolga e veda la Tua luce

fa' che la luce del Tuo Vangelo percorra tutta la terra

fa' che siamo in comunione gli uni con gli altri

fa' che tutti i popoli camminino nella verità e nella giustizia.

Signore, Tu sei la nostra luce:

senza di Te camminiamo nelle tenebre

senza di Te non possiamo neppure fare un passo,

senza di Te non sappiamo dove andare,

siamo come un cieco che guida un altro cieco.

Se Tu ci apri gli occhi, Signore, vedremo la Tua luce,

i nostri piedi cammineranno nella via della vita.

Signore, se Tu ci illuminerai, potremo illuminare,

Tu fai di noi la luce del mondo.

Nell'Eucaristia troviamo Signore,

una luce che illumina la nostra vita.

Canto Voglio darti il mio cuor

Il mio desiderio è o----- no--- rare te

con tutto il mio cuor, Signor.

E ti ringrazio per quello che ho de----ntro me,

ogni mio bisogno è in te.

Voglio darti il mio cuor colmo d'amor,

io vivo solo per te.

Ogni mio respiro, ogni smarrimento

Signor lo affido a Te.



Canto Solo in Dio

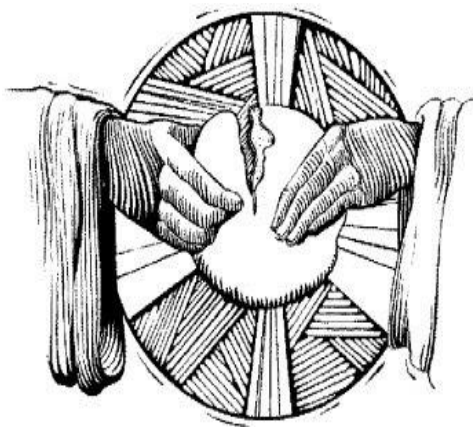
*Solo in Dio riposa l'anima mia,
da lui la mia speranza.*

Lui solo è mia rupe e mia salvezza,
mia roccia di difesa, non potrò vacillare.

In Dio è la mia salvezza e la mia gloria,
il mio saldo rifugio, la mia difesa.

Confida sempre in Lui, o popolo,
davanti a Lui effondi il tuo cuore.

Poiché il potere appartiene a Dio,
tua, Signore, è la grazia.



Cel.: Apriamo il nostro cuore alla lode e al ringraziamento per accogliere con gioia la nascita di Gesù che viene a salvarci:

Lett. – diciamo Tutti insieme: **FACCI TESTIMONI DI SPERANZA.**

Lett.- Ti abbiamo incontrato, Signore, e ti riconosciamo come nostra Speranza.

Lett.- Ti abbiamo incontrato, Signore, illumina la nostra solitudine.

Lett.- Ti abbiamo incontrato, Signore, distruggi i nostri odi e le nostre violenze.

Lett.- Ti abbiamo incontrato, Signore, aiutaci a ricercare ciò che ci unisce.

Lett.- Ti abbiamo incontrato, Signore, rendici per ogni cuore in attesa cibo di perdono.

Lett. - Ti abbiamo incontrato, Signore, aiutaci a tenere aperti gli occhi sulla vita per incontrare il tuo sguardo.

Lett. - Ti abbiamo incontrato, Signore, sostienici nel nostro cammino.

BENEDIZIONE EUCARISTICA

Canto Lui Verrà E Ti Salverà

A chi è nell'angoscia tu dirai: non devi temere,
il tuo Signore è qui, con la forza sua,
quando invochi il suo nome. Lui ti salverà.

**RIT: Lui verrà e ti salverà, Dio verrà e ti salverà,
di a chi è smarrito che certo Lui tornerà.
Dio verrà e ti salverà.
Lui verrà e ti salverà, Dio verrà e ti salverà,
alza i tuoi occhi a Lui, presto ritornerà,
Lui verrà e ti salverà.**

A chi ha il cuore ferito tu dirai: confida in Dio,
il tuo Signore è qui con il suo grande amore,
quando invochi il Suo nome. Lui ti salverà.

RIT:.....

Egli è il rifugio nelle avversità,
dalla tempesta ti riparerà.
È il tuo baluardo e ti difenderà,
la forza sua Lui ti darà.



PREGHIAMO Donaci, o Padre, la luce della fede e la fiamma del tuo amore, perché adoriamo in spirito e verità il nostro Dio e Signore, Cristo Gesù, presente in questo santo sacramento. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.

REPOSIZIONE SS. SACRAMENTO

Canto Rendete grazie

Rit. Rendete grazie a colui che è santo
Rendete grazie a Dio per suo figlio Gesù
Rendete grazie a colui che è santo
Rendete grazie a Dio per suo figlio Gesù

E possa il debole dir: "Son forte"
E possa il povero dir: "Son ricco"
Per quel che ha fatto il signor
Per me
Rit.





*“Solo se partiamo dall’Eucaristia, da quella tavola, allora ciò che faremo avrà davvero il marchio di origine controllata, come dire, avrà la firma d’autore del Signore. Attenzione: non bastano le opere di carità, se manca la carità delle opere. **Se manca l’amore da cui partono le opere, se manca la sorgente, se manca il punto di partenza che è l’eucaristia, ogni impegno pastorale risulta solo una girandola di cose.** Dobbiamo essere dei contempl-attivi, con due t, cioè della gente che parte dalla contemplazione e poi lascia sfociare il suo dinamismo, il suo impegno nell’azione. La contemplatività, con due t, la dobbiamo recuperare all’interno del nostro armamentario spirituale. Allora comprendete bene: si alzò da tavola vuol dire la necessità della preghiera, la necessità dell’abbandono in Dio, la necessità di una fiducia straordinaria, di coltivare l’amicizia del Signore, di poter dare del tu a Gesù Cristo, di poter essere suoi intimi. **Qualche volta a Dio noi ci aggrappiamo, ma non ci abbandoniamo. Aggrapparsi è una cosa, abbandonarsi un’altra.** Quand’ero istruttore di nuoto – ero molto bravo, e quando ero in seminario tantissimi hanno imparato da me a nuotare – quante volte dovevo incoraggiare gli incerti: «Dai, sono qui io; non ti preoccupare». Se qualcuno stava annaspando o scendendo giù, io gli passavo accanto e quello si avvinghiava fin quasi a strozzarmi. Questo è solo un abbraccio di paura, non un abbraccio d’amore. Qualche volta con Dio facciamo anche noi così: ci aggrappiamo perché ci sentiamo mancare il terreno sotto i piedi, ma non ci abbandoniamo. Abbandonarsi vuol dire lasciarsi cullare da lui, lasciarsi portare da lui semplicemente dicendo: «Dio, come ti voglio bene!»”*

(don Tonino Bello)