Parrocchia

San Benedetto Roma

“LUCE nella NOTTE”

Adorazione Eucaristica 10 Settembre 2022

Congresso Eucaristico Nazionale Matera 22-25 Settembre

Introduzione

Guida: *Tornare al gusto del pane. È l'invito che questa sera ascoltiamo anche in preparazione al Congresso Eucaristico Nazionale che si celebrerà a Matera, dal 22 al 25 settembre 2022, come tappa contemplativa nel Cammino Sinodale delle Chiese che sono in Italia. La contemplazione del Corpo di Gesù, che vogliamo vivere nell'adorazione, vuole aiutarci proprio a "gustare e sentire interiormente" il sapore di questo pane, il gusto del ritrovarci nel suo Corpo, uniti nella comunione dello Spirito che ci intesse nella rete della sua fraternità, della nostra storia, concreta, reale.* ***Ci accompagneranno nella riflessione i tre elementi essenziali per fare il Pane: il Grano, l'Acqua e il Fuoco.***

ESPOSIZIONE SS. SACRAMENTO

Canto **Pane di vita nuova**
Pane di vita nuova
Vero cibo dato agli uomini
Nutrimento che sostiene il mondo
Dono splendido di grazia.

Tu sei sublime frutto
Di quell'albero di vita
Che Adamo non potè toccare
Ora è in Cristo a noi donato
Rit. Pane della vita/ Sangue di salvezza
Vero corpo, vera bevanda/ Cibo di grazia per il mondo

Sei l'agnello immolato
Nel cui sangue è la salvezza

Memoriale della vera Pasqua
Della nuova alleanza

Manna che nel deserto
Nutri il popolo in cammino
Sei sostegno e forza nella prova
Per la Chiesa in mezzo al mondo ***Rit.***

Sacerdote:
Signore Gesù, con te presente nel Pane Eucaristico, vogliamo camminare insieme, come Chiesa in cammino sinodale, che trova in te la sorgente della sua identità e il sostegno della missione che tu stesso le affidi. Attraversando i luoghi dove la gente vive, 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, accresca la comunione, rafforzi i legami, profumi di perdono, nutra la fraternità. A te il nostro amore, la nostra lode e la nostra adorazione.

Invocazione allo Spirito

Sacerdote

Invochiamo lo Spirito Santo perché predisponga il nostro animo all'ascolto della Parola di Dio e della voce del Signore Gesù.

Rit. Vieni Santo Spirito manda a noi dal cielo, un raggio di luce, un raggio di luce.

Tutti

Spirito di Dio, donami un cuore docile all'ascolto.
Togli dal mio petto il cuore di pietra e dammi un cuore di carne perché accolga la parola del Signore e la metta in pratica. Voglio ascoltare che cosa dice il Signore. **RIT.**

Fa' che il tuo volto di Padre risplenda su di me e io sarò salvo. Mostrami la tua via, perché nella tua verità io cammini; donami un cuore semplice che tema il tuo nome. Fa' che io impari il silenzio vigile di Nazareth per conservare, come Maria, la Parola dentro di me. Per lasciarmi trovare da Dio che incessantemente mi cerca. **RIT.**

Fa' che io mi lasci penetrare dalla Parola «per comprendere con tutti i santi quale sia l'ampiezza, la lunghezza, l'altezza e la profondità, e conoscere l'amore di Cristo». Fa' che io sperimenti nella mia vita la presenza amorevole del mio Dio che «mi ha disegnato sulle palme delle sue mani». **RIT.**

Fa' che io non ponga ostacoli alla Parola che uscirà dalla bocca di Dio. Che tale Parola non torni a lui senza aver operato in me ciò che

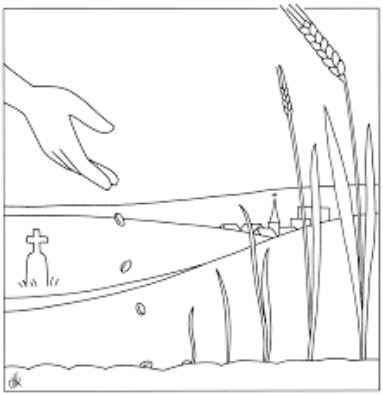
egli desidera e senza aver compiuto ciò per cui l'hai mandata. **RIT.**
(Carlo Maria Martini)

Preghiera silenziosa

1 PARTE
***Torniamo al gusto del pane* con il grano frutto della terra**
(si porta il segno del Grano)

Guida
"La terra produce il grano. Ma l'uomo produce il sogno del grano, ed è il sogno che consente il realizzarsi delle cose".
Sognare è voce del verbo amare! La spiga, che racchiude e custodisce i chicchi di grano, non sarebbe così bella se quel chicco non fosse stato accolto con amore nel grembo della Madre-Terra, custodito, se pur nel buio, per nascere e rinascere ogni volta che arriva la primavera e risplendere di luce, accarezzata dal sole. In questo tempo di adorazione, pensiamo che da quel chicco seminato nella terra, marcito, mietuto, macinato nasce il pane che, cotto col fuoco, diventerà il Corpo di Cristo nuovamente spezzato, macinato, triturato, offerto per la vita quotidiana intrecciata di gioie e di angosce. Questo è il ciclo preziosissimo della vita che si rinnova, si ripete. Solo facendo attenzione ad ogni aspetto di questo meraviglioso scambio potremo veramente tornare al gusto del pane!

- ✓ **Il grano e la terra**



Dal vangelo secondo Giovanni (12,24-26)

In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore.

Preghiera silenziosa

Invocazioni

Solista *Ecco, il seminatore uscì a seminare.*
Tutti **Padre buono che semini a piene mani senza distinzione alcuna, insegnaci la tua stessa generosità e disponibilità.**

Solista *Mentre seminava, una parte cadde lungo la strada; vennero gli uccelli e la mangiarono.*
Tutti **Padre prudente e sapiente, insegnaci a non essere superficiali e distratti, ma ad accogliere, in profondità, quanto ci viene donato.**

Solista *Un'altra parte cadde sul terreno sassoso, dove non c'era molta terra; germogliò subito, perché il terreno non era profondo, ma quando spuntò il sole, fu bruciata e, non avendo radici, seccò.*

Tutti **Padre paziente, insegnaci l'arte del saper attendere, del saper educare, del saper custodire.**

Solista *Un'altra parte cadde sui rovi, e i rovi crebbero e la soffocarono.*
Tutti **Padre che doni libertà a piene mani, insegnaci a non soffocare sogni e ideali, ma ad osare e a credere nei nostri sogni.**

Solista *Un'altra parte cadde sul terreno buono e diede frutto: il cento, il sessanta, il trenta per uno. Chi ha orecchi, ascolti.*
Tutti **Padre dell'eterno amore, insegnaci ad amare sempre e comunque, riempi le nostre menti, cuori e mani del tuo stesso amore e aiutaci a farlo germogliare in altri cuori.**

Canto **Sei tu, Signore, il pane**
Sei tu, Signore, il pane, tu cibo sei per noi
Risorto a vita nuova, sei vivo in mezzo a noi.

Nell'ultima sua cena Gesù si dona ai suoi:
"Prendete pane e vino, la vita mia per voi".

"Mangiate questo pane: chi crede in me vivrà.
Chi beve il vino nuovo con me risorgerà".

È Cristo il pane vero, diviso qui fra noi:
formiamo un solo corpo e Dio sarà con noi.

Se porti la sua croce, in lui tu regnerai.
Se muori unito a Cristo, con lui rinascerai.

Verranno i cieli nuovi, la terra fiorirà.
Vivremo da fratelli: la Chiesa è carità.

✓ Il grano e la zizzania

Dal vangelo secondo Matteo (13,24-30)
Gesù così parlò ai discepoli: «Il regno dei cieli si può paragonare a un uomo che ha seminato del buon seme nel suo campo. Ma mentre tutti dormivano venne il suo nemico, seminò zizzania in mezzo al grano e se ne andò. Quando poi la messe fiorì e fece frutto, ecco apparve anche la zizzania. Allora i servi andarono dal padrone di casa e gli dissero: Padrone, non hai seminato del buon seme nel tuo campo? Da dove viene dunque la zizzania? Ed egli rispose loro: Un nemico ha fatto questo. E i servi gli dissero: Vuoi dunque che andiamo a raccoglierla? No, rispose, perché non succeda che, cogliendo la zizzania, con essa sradichiate anche il grano. Lasciate che l'una e l'altro crescano insieme fino alla mietitura e al momento della mietitura dirò ai mietitori: Cogliete prima la zizzania e legatela in fastelli per bruciarla; il grano invece riponetelo nel mio granaio.

Preghiera silenziosa
Invocazioni

Solista Dalla zizzania dei nostri perbenismi,
Tutti **liberaci Signore!**

Solista
Dalla zizzania del sentirci sempre a posto, R.
Dalla zizzania del puntare il dito, R.
Dalla zizzania del giudicare anche te, o Signore, R.
Dalla zizzania delle nostre inutili ostentazioni, R.
Dalla zizzania delle parole taglienti, R.
Dalla zizzania dei nostri protagonismi, R.

Canto **VERBUM PANIS**
Prima del tempo/ prima ancora che la terra
cominciasse a vivere/ il Verbo era presso Dio.
Venne nel mondo/ e per non abbandonarci
in questo viaggio ci lasciò/tutto se stesso come pane.

Verbum caro factum est Verbum panis factum est.

Rit. Qui spezzi ancora il pane in mezzo a noi
e chiunque mangerà non avrà più fame.
Qui vive la tua chiesa intorno a te
dove ognuno troverà la sua vera casa.

Verbum caro factum est...

Prima del tempo/ quando l'universo fu creato
dall'oscurità/ il Verbo era presso Dio.
Venne nel mondo/nella sua misericordia
Dio ha mandato il Figlio suo/ tutto se stesso come pane.

Verbum caro factum est... ***Rit.***

✓ Il grano e la macina

Sono frumento di Dio, e sarò macinato dai denti delle fiere per divenire pane puro di Cristo. Supplicate Cristo per me, perché per opera di queste belve io divenga ostia per il Signore.
(Ignazio di Antiochia)

La storia della mia anima è la storia del grano. In primavera ero erba al vento, ero fiore, ero gioco e gioia. Allora, mio Dio, ti amai. In estate il mio grano è maturato, e ti ho dato qualche opera. In autunno l'ho perso! Non ho più niente da darti. Non ho più fiore né grano. Non sono più io, né niente che mi rassomigli. Di rottura in rottura, eccomi ridotta in polvere; eccomi grano battuto, farina macinata, eccomi pane impastato, cotto, morso, masticato, di- strutto. Non è rimasto niente di me. O mio Dio, non ho più niente da darti, né fiore, né frutto, né cuore, né opere; più altro che un povero boccone di pane secco. Il tuo pane, come tu sei il mio.
(Marie Noel, poetessa francese).

Invocazioni

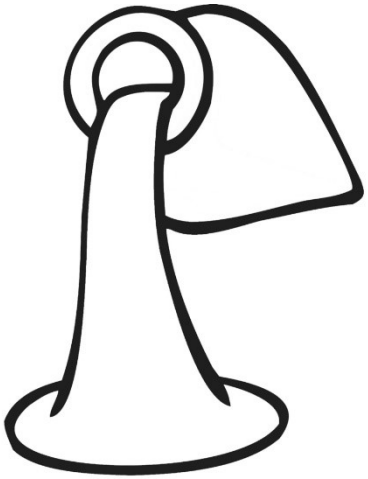
Ad ogni invocazione rispondiamo insieme.
Tutti
Noi ti adoriamo, Signore Gesù

Solista Cristo, pane che dà la vita al mondo. R.

Cristo, pane della condivisione e dell'amore. R.
Cristo, pane che sazia la fame dell'uomo. R.
Cristo, pane che raccoglie nell'unità. R.
Cristo, pane che toglie il peccato del mondo. R.
Cristo, pane che vince il dolore la morte. R.
Cristo, pane che sostiene il nostro cammino. R.
Cristo, pane che fa pregustare il banchetto del cielo. R.
Cristo, pane che dona all'uomo la salvezza. R.

Canto **Adoramus te, Domine**
Oh, oh, oh, adoramus te, Domine.
Oh, oh, oh, adoramus te, Domine.

2 PARTE
***Torniamo al gusto del pane* impastato con l'acqua**
(si porta il segno dell'Acqua)



Guida
Come il popolo d'Israele nel deserto sperimentò la sete e invocò Dio, oggi anche noi per supplichiamo il Signore della storia perché disseti la nostra sete. Conosciamo le nostre prove, la sete dei nostri desideri insoddisfatti, che possono turbare la nostra fede o condurci alla speranza. Gesù ci invita a dissetarci all'acqua viva, ad accogliere lo Spirito Santo, ad affidarci ai progetti del Padre, certi che la speranza non delude.

Disponiamo, allora, il nostro cuore e, come la Samaritana di fronte a Gesù, sicuri dell'abbondanza delle sue benedizioni, chiediamo a lui di dissetarci: «Signore, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete» (Gv 4,15).

Dal vangelo secondo Giovanni (4,5-15)

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». … Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». …. «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua».

Preghiera silenziosa

SALMO 42 (41)

Da recitare a cori alterni

Come la cerva anela ai corsi d'acqua,
così l'anima mia anela a te, o Dio.

L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente:
quando verrò e vedrò il volto di Dio?

Le lacrime sono il mio pane giorno e notte,
mentre mi dicono sempre: "Dov'è il tuo Dio?".

Questo io ricordo e l'anima mia si strugge: avanzavo tra la folla,
la precedevo fino alla casa di Dio, fra canti di gioia e di lode
di una moltitudine in festa.

Perché ti rattristi, anima mia, perché ti agiti in me?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo, lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

In me si rattrista l'anima mia; perciò di te mi ricordo
dalla terra del Giordano e dell'Ermon, dal monte Misar.

Un abisso chiama l'abisso al fragore delle tue cascate;
tutti i tuoi flutti e le tue onde sopra di me sono passati.

Di giorno il Signore mi dona il suo amore e di notte il suo canto è con me, preghiera al Dio della mia vita.

Dirò a Dio: "Mia roccia! Perché mi hai dimenticato?
Perché triste me ne vado, oppresso dal nemico?".

Mi insultano i miei avversari quando rompono le mie ossa,
mentre mi dicono sempre: "Dov'è il tuo Dio?".

Perché ti rattristi, anima mia, perché ti agiti in me?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo, lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

Canto **Come il Cervo va all'Acqua Viva**

Rit. Come il cervo va all'acqua viva, io cerco
te ardentemente io cerco te, mio Dio.

1. Di te, mio Dio, ha sete l'anima mia
il tuo volto, il tuo volto Signore, quando vedrò.

2. Mi chiedono e mi tormentano: Dov'è?
Dov'è il tuo Dio, ma io spero in te, sei tu la mia salvezza.

3. Il cuore mio si strugge quando si ricorda
della tua casa: io cantavo con gioia le tue lodi.

Dal Commento ai Salmi di Sant'Agostino (41,2,43-52)
Corri alla fonte, anela alla fonte dell'acqua. Presso Dio c'è la fonte della vita, fonte che non si secca; nella sua luce c'è luce che non si offusca. Desidera que- sta luce, una fonte, una luce quale non conoscono i tuoi occhi: a vedere questa luce si prepara l'occhio interiore, ad attingere a questa fonte anela la sete inte- riore. Corri alla fonte, desidera la fonte. Ma non correre in qualunque modo, non correre come un qualsiasi animale: corri come un cervo. Che

significa: come un cervo? Non sii lento nel correre. Corri svelto, desidera svelto.

Preghiera silenziosa

PREGHIERA CORALE
Tutti
Mio Signore e Salvatore, fra le tue braccia io mi trovo al sicuro; se tu mi custodisci, io non temo nulla; se mi abbandoni, non mi resta più nulla da sperare. Io non so che cosa mi accadrà sino alla mia morte. Non so nulla dell'avvenire, ma riposo in te.
Ti prego di concedermi ciò che per me è bene, e di togliermi tutto ciò che può mettere in pericolo la mia salvezza. Non ti chiedo di farmi ricco, non ti prego nemmeno di farmi povero; mi rimetto interamente a te, perché, mentre non so ciò che mi occorre, tu lo sai.
Se mi mandi la sofferenza, dammi la grazia di sopportarla; preservami dall'egoismo e dall'impazienza. Se mi dai la salute, la forza e il successo in questo mondo, fa' che io sia continuamente in guardia, perché questi doni non mi allontanino da te. Tu che sei morto sulla croce anche per me, colpevole come sono, concedimi di conoscerti, di credere in te, di amarti, di servirti, di lavorare sempre per la tua gloria, di vivere per te e con te; e concedimi di morire nella tua grazia.
Beato John Henry Newman

Canto **TU SEI VIVO FUOCO**
Tu sei vivo fuoco che trionfi a sera,
del mio giorno sei la brace.

Ecco, già rosseggia di bellezza eterna questo giorno che si spegne.
Se con te, come vuoi, l'anima riscaldo, sono nella pace.

Tu sei fresca nube che ristori a sera, del mio giorno sei rugiada.
Ecco, già rinasce di freschezza eterna questo giorno che sfiorisce.
Se con te, come vuoi, cerco la sorgente, sono nella pace.

Tu sei l'orizzonte che s'allarga a sera, del mio giorno sei dimora.
Ecco, già riposa in ampiezza eterna questo giorno che si chiude.
Se con te, come vuoi, m'avvicino a casa, sono nella pace.

Tu sei voce amica che mi parli a sera, del mio giorno sei conforto.
Ecco, già risuona d'allegrezza eterna questo giorno che ammutisce.
Se con te, come vuoi, cerco la Parola, sono nella pace.

Tu sei sposo ardente che ritorni a sera, del mio giorno sei l'abbraccio.
Ecco, già esulta di ebbrezza eterna questo giorno che sospira.
Se con te, come vuoi, mi consumo amando, sono nella pace.

3 PARTE

***Torniamo al gusto del pane* cotto con il fuoco dello Spirito**

(si porta il segno del Fuoco)

Dagli Atti degli Apostoli (2,1-4)

Mentre stava compiendosi il giorno della Pentecoste, si trovavano tutti insieme nello stesso luogo. Venne all'improvviso dal cielo un fragore, quasi un vento che si abbatte impetuoso, e riempì tutta la casa dove stavano. Apparvero loro lingue come di fuoco, che si

dividevano, e si posarono su ciascuno di loro, e tutti furono colmati di Spirito Santo e cominciarono a parlare in altre lingue, nel modo in cui lo Spirito dava loro il potere di esprimersi.

Preghiera silenziosa

Invocazioni
Ad ogni invocazione rispondiamo:
Tutti **Vieni, o Spirito Santo!**

Solista Tu che hai aperto la mente degli apostoli perché comprendessero la Verità. R.
Tu che li hai resi coraggiosi, capaci di testimoniare con la vita la fede in Gesù. R.
Ti preghiamo, vieni dentro di noi a trasformare i nostri cuori. R.
Accresci in noi la fede, perché sappiamo essere veri testimoni di Gesù. R.

Canto **Gesù…**

Dal libro dell'Esodo (2,1-6)
Mentre Mosè stava pascolando il gregge di Ietro, suo suocero, sacerdote di Madian, condusse il bestiame oltre il deserto e arrivò al monte di Dio, l'Oreb. L'angelo del Signore gli apparve in una fiamma di fuoco dal mezzo di un roveto. Egli guardò ed ecco: il roveto ardeva per il fuoco, ma quel roveto non si consumava. Mosè pensò: «Voglio avvicinarmi a osservare questo grande spettacolo: perché il roveto non brucia?». Signore vide che si era avvicinato per guardare; Dio gridò a lui dal roveto: «Mosè, Mosè!». Rispose: «Eccomi!». Riprese: «Non

avvicinarti oltre! Togliti i sandali dai piedi, perché il luogo sul quale tu stai è suolo santo!». E disse: «Io sono il Dio di tuo padre, il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe». Mosè allora si coprì il volto, perché aveva paura di guardare verso Dio.

Preghiera silenziosa

Invocazioni
Ad ogni invocazione ripetiamo:
Tutti **Noi ti adoriamo!**
Solista Signore Gesù, vivo nell'Eucaristia, sei il Pane di vita cotto dal fuoco dell'amore. R.
Signore Gesù, vivo nell'Eucaristia, sei Parola di verità che accende i nostri cuori. R.
Signore Gesù, vivo nell'Eucaristia, sei il roveto sempre ardente, Presenza di Dio. R.
Signore Gesù, vivo nell'Eucaristia, sei la fiamma di carità verso i piccoli e i deboli. R.
Signore Gesù, vivo nell'Eucaristia, sei la brace sulla quale unire i nostri corpi alla tua offerta. R.
Signore Gesù, vivo nell'Eucaristia, sei il carbone ardente che purifica i nostri sensi. R.
Signore Gesù, vivo nell'Eucaristia, sei il fuoco inestinguibile attorno al quale ci fai uno in Te. R.

Canto **Misericordias Domini**
Misericordias Domini, in aeternum cantabo...
Misericordias Domini, in aeternum cantabo...

Preghiera silenziosa

PREGHIERA CORALE

Tutti **O Spirito Santo, riempi i cuori dei tuoi fedeli e accendi in noi quello stesso fuoco che ardeva nel cuore di Gesù, mentre egli parlava del regno di Dio.**

Fa' che questo fuoco si comunichi a noi, così come si comunicò ai discepoli di Emmaus. Fa' che non ci lasciamo soverchiare o turbare dalla moltitudine delle parole, ma che dietro di esse cerchiamo quel fuoco che infiamma i nostri cuori.

Tu solo, Spirito Santo, puoi accenderlo e a te dunque rivolgiamo la nostra debolezza, la nostra povertà, il nostro cuore spento.

Donaci, Spirito Santo, di comprendere il mistero della vita di Gesù. Donaci la conoscenza della sua persona, per comunicare alle sue sofferenze, e partecipare alla sua gloria. Amen.

(Carlo Maria Martini)

BENEDIZIONE EUCARISTICA

Canto **Adoriamo il Sacramento**

Adoriamo il Sacramento
che Dio Padre ci donò.
Nuovo patto, nuovo rito
nella fede si compì.
Al mistero è fondamento
la parola di Gesù.

Gloria al Padre onnipotente,
gloria al Figlio Redentor,

lode grande, sommo onore
all'eterna Carità.
Gloria immensa, eterno amore
alla santa Trinità. Amen.

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.

RIPOSIZIONE SS. SACRAMENTO

Canto **Ti ringrazio, o mio Signore**
Ti ringrazio, o mio Signore, per le cose che sono nel mondo
per la vita che Tu mi hai donato, per l'amore che tu nutri per me.

Rit. Alleluia, o mio Signore! Alleluia, o Dio del cielo!
Alleluia, o mio Signore! Alleluia, o Dio del ciel!

Quando il cielo si tinge d'azzurro Io Ti penso e Tu sei con me.
Non lasciarmi cadere nel buio, nelle tenebre che la vita ci dà. **Rit.**