

Anno dell'Eucaristia



Ti adoriamo



PREGHIERE E INVOCAZIONI PER L'ADORAZIONE EUCARISTICA

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 SS. Sacramento dell'altare

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima

Benedetta la sua Santa ed Immacolata Concezione

Benedetta la sua gloriosa Assunzione

Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre

Benedetto S. Giuseppe, suo castissimo sposo

Benedetto Iddio nei suoi Angeli e nei suoi Santi

Preghiere

Preghiere



Preghiera per l'anno dell'Eucaristia

2004/2005

Mane nobiscum, Domine!

Come i due discepoli del Vangelo,
ti imploriamo, Signore Gesù: *rimani con noi!*

Tu, divino Viandante,
esperto delle nostre strade
e conoscitore del nostro cuore,
non lasciarci prigionieri delle ombre della sera.

Sostienici nella stanchezza,
perdona i nostri peccati,
orienta i nostri passi sulla via del bene.

Benedici i bambini,
i giovani, gli anziani,
le famiglie, in particolare i malati.
Benedici i sacerdoti e le persone consacrate.
Benedici tutta l'umanità.

Nell'Eucaristia ti sei fatto "farmaco d'immortalità":
dacci il gusto di una vita piena,
che ci faccia camminare su questa terra
come pellegrini fiduciosi e gioiosi,
guardando sempre al traguardo della vita che non ha fine.

Rimani con noi, Signore!
Rimani con noi!
Amen

Giovanni Paolo II

Ripetiamo insieme: Cristo, vita nostra, salvaci!

- ◆ Cristo Gesù, nostra vita, guarda alla tua Chiesa. Illuminala con la luce della tua risurrezione perché, amandoti sopra ogni cosa, sia un segno di speranza per l'uomo in ricerca di un senso della propria vita, di un gesto misericordioso, di una parola di conforto; ti preghiamo:
- ◆ Cristo Gesù, nostra vita, guarda ai popoli che vivono nella cieca violenza e nella guerra. La luce della tua risurrezione rinforzi il loro cuore con la certezza che tu sei con noi sempre e suscita nella mente dell'intera umanità il coraggio di scommettere sulla pace e la volontà di costruire giustizia; ti preghiamo:
- ◆ Cristo Gesù, nostra vita, guarda a noi, tuoi fratelli. La tua risurrezione riscaldi il nostro cuore e accresca la forza della nostra volontà perché, cercando le cose di lassù, sappiamo vivere la misericordia, il perdono, l'accoglienza, il servizio generoso, la mitezza, la giustizia e tutti quegli atteggiamenti concreti che manifestano il nostro essere risorti con te; ti preghiamo:
- ◆ Cristo Gesù, nostra vita, guarda con infinita dolcezza ai fratelli e alle sorelle che fanno più fatica a vivere per povertà, malattia, solitudine ed emarginazione. Con la luce della tua risurrezione confortali e concedi loro di incontrare in ciascuno di noi un buon samaritano che, piegandosi sulle piaghe, ridoni al loro cuore ferito la forza della speranza; ti preghiamo:
- ◆ Cristo Gesù, nostra vita, che ci chiami alla gloria, guarda alla nostra comunità. Con la forza della risurrezione radicale nell'unità profonda perché, vivendo il cammino della fede, sia una vera testimone del Vangelo, sempre lieta nella speranza; ti preghiamo:

Ripetiamo insieme: Resta con noi, Signore. Alleluia!

- ◆ Gesù Signore, spesso anche noi siamo tentati di scappare dalla nostra Gerusalemme, delusi. Come ai tuoi discepoli donaci la capacità di scoprire il tuo disegno di amore e rendici pronti a ritornare in quella Gerusalemme per testimoniare il tuo amore.
- ◆ Gesù Signore, tante volte veniamo a mensa con te e con i fratelli ma siamo tentati di non vivere la vera comunione. Aiutaci a trasformare la grazia dell'eucaristia in volontà forte di essere vicini ai fratelli, aperti all'ascolto, pronti all'accoglienza, sinceri nella relazione.
- ◆ Gesù Signore, nel tuo amore ci hai donato l'Eucaristia, culmine e fonte della nostra vita di discepoli. Concedi ai tuoi figli di farsi riconoscere come coloro che hanno spezzato il pane dai più poveri, dai piccoli, da quanti sono emarginati in modo che la partecipazione all'Eucaristia modelli la nostra vita nel segno della carità.
- ◆ Gesù Signore, di fronte alla tua presenza eucaristica non possiamo chiudere il cuore davanti alla sofferenza di tanti fratelli: di chi non ha il necessario per vivere, di chi non ha casa, di chi manca della dignità del lavoro, di chi è schiavizzato nelle moderne forme di costrizione, di chi vive nella disperazione di una malattia incurabile, di chi è in carcere. Resta con loro, accompagnali nel cammino, sostienili con il tuo amore.
- ◆ Gesù Signore, con l'esperienza dei due di Emmaus ci richiami anche all'impegno di renderti testimonianza nel nostro quotidiano. Aiutaci a stare con carità dentro la storia, portando agli uomini il Vangelo dell'amore. Insegnaci a vivere responsabilmente, a costruire la città degli uomini nella solidarietà, a portare il nostro contributo per il bene della cosa pubblica.

Pregliera di adorazione

Noi ti adoriamo Gesù
Nel segno del pane consacrato.
Nel pane che dà la vita al mondo
Nel pane del servizio e dell'amore oblativo
Nel pane del sacrificio puro e totale

Noi ti adoriamo Gesù
Nel pane della resurrezione e del perdono
Nel pane come presenza di pace sicura
Nel pane elevato sul mondo come salvezza
Nel pane di comunione e di fraternità

Noi ti adoriamo Gesù
Nel pane che viene spezzato per la liberazione dell'uomo
Nel pane che toglie il peccato del mondo
Nel pane che vince il dolore e la morte
Nel pane che nutre il ricco e il povero

Noi ti adoriamo Gesù
Nel pane che santifica e rigenera
Nel pane esposto per la nostra contemplazione
Nel pane che continua la tua incarnazione
Nel pane che fa della nostra vita una perenne Eucaristia

E' inconcepibile

E' inconcepibile, è straordinario,
è qualcosa che incide sempre più profondamente
nel mio animo quel tuo stare lì in silenzio nel tabernacolo.
Vengo in chiesa la mattina e lì ti trovo.
Corro in chiesa quando t'amo e lì ti trovo.
Ci passo per caso o per abitudine o per rispetto e lì ti trovo.
Ed ogni volta mi dici una parola, mi rettifici un sentimento,
vai componendo in realtà con note diverse un unico canto,
che il mio cuore sa a memoria
e mi ripete una parola sola: eterno amore.
Oh! Dio, non potevi inventare di meglio.
Quel tuo silenzio in cui il chiasso della nostra vita si smorza,
quel palpito silenzioso che ogni lacrima assorbe;
quel silenzio.... quel silenzio,
più sonoro d'un angelico concento;
quel silenzio che alla mente dice il Verbo,
al cuore dona il balsamo divino;
quel silenzio in cui ogni voce si ritrova incanalata,
ogni prece si risente trasformata;
quella tua presenza arcana....
Lì è la vita,
lì è l'attesa;
lì il nostro piccolo cuore riposa,
per riprendere senza posa
il suo cammino

(Chiara Lubich)

Ripetiamo insieme:

O Gesù, pane vivo disceso dal cielo, ascoltaci.

-Cristo, Figlio del Dio vivo, ci hai comandato di celebrare l'Eucaristia in tua memoria: fa' che vi partecipiamo sempre con fede e amore a beneficio di tutta la Chiesa, preghiamo.

-Cristo, unico e sommo sacerdote, hai affidato ai tuoi sacerdoti i santi misteri: fa' che essi esprimano nella vita ciò che celebrano e adorano nel sacramento, preghiamo.

-Cristo che riunisci in un solo corpo quanti si nutrono di uno stesso pane: accresci nella nostra comunità la concordia e la pace,
preghiamo.

-Cristo, nell'Eucaristia ci dai il farmaco dell'immortalità e il pegno della risurrezione: dona la salute agli infermi e il perdono ai peccatori.

-Cristo, nel convito eucaristico ci dai la grazia di annunziare la tua morte e risurrezione nell'attesa del tuo ritorno: accogli nella tua gloria i nostri defunti, preghiamo.

.

Ripetiamo insieme:

Facciamo questo, o Signore, in memoria di te.

- ◆ Accogliamo la tua venuta nella carne, come la Vergine Maria, con piena disponibilità e spirito di servizio.
- ◆ Riconosciamo in te il "consacrato" per annunciare ai poveri un lieto messaggio, per proclamare ai prigionieri la liberazione e per mettere in libertà gli oppressi.
- ◆ Vogliamo seguirti sul cammino che conduce alla Pasqua nel rifiuto degli uomini, nell'abbandono radicale di ogni cosa, nella scelta di un amore.
- ◆ Crediamo, come Nicodemo, al tuo invito di ricominciare sempre da capo, di rinascere dall'alto nell'acqua e nello Spirito ricuperando la genuinità del nostro battesimo.
- ◆ Lasciamo penetrare in noi la tua Parola come acqua viva che scruta nella nostra esistenza, come fu per la Samaritana, e che ci trasforma in veri adoratori del Padre.
- ◆ Apriamo gli occhi e il cuore alla luce, uscendo, come il cieco nato dalle nostre cecità, spacchiamo la pietra del nostro sepolcro di peccato e di morte come Lazzaro per annunciare te, Luce, Vita e Risurrezione.
- ◆ Spezziamo il pane alla mensa del Sacrificio, laviamo i piedi al fratello Giuda, ci passiamo la coppa di comunione, celebrando tutta la nostra vita al tuo altare.

Davanti a Te

Signore Gesù,
siamo qui raccolti davanti a te.
Tu sei il Figlio di Dio fatto uomo,
da noi crocifisso e dal Padre Risuscitato.
Tu, io vivente, realmente presente in mezzo a noi.
Tu, la vita, la verità e la vita:
Tu, che solo hai parole di vita eterna.
Tu, l'unico fondamento della nostra salvezza,
e l'unico nome Da invocare per avere speranza.
Tu l'immagine del Padre e il donatore dello Spirito;
Tu, l'Amore: l'Amore non amato.
Signore Gesù, noi crediamo in Te,
ti adoriamo, ti amiamo con tutto il nostro cuore,
e proclamiamo il tuo nome al di sopra di ogni altro nome.
Signore Gesù rendici vigilanti nell'attesa della tua venuta.

(Giovanni Paolo II)

Tu sei

Tu sei il Cristo, Figlio del Dio vivo
Tu sei il rivelatore di Dio invisibile,
il primogenito di ogni creatura, il fondamento di ogni cosa;
Tu sei il maestro dell'umanità
Tu sei il Redentore, tu sei nato, sei morto, sei risorto per noi;
Tu sei il centro della storia e del mondo;
Tu sei colui che ci conosce e ci ama;
Tu sei il compagno e l'amico della nostra vita;
Tu sei l'uomo del dolore e della speranza;
Tu sei colui che deve venire
e che deve essere un giorno il nostro giudice,
e, noi speriamo, la nostra felicità in Te.
Tu sei la luce, la verità,
anzi Tu sei la "Via, la Verità e la Vita".
Tu sei il Pane, la fonte dell'acqua viva
per la nostra fame e la nostra sete;
Tu sei il Pastore, la nostra guida,
il nostro esempio,
il nostro conforto, il nostro fratello!

(Paolo VI)

Ripetiamo insieme: Noi ti adoriamo

- ◆ O Cristo, che ti sei fatto povero e che offri ai poveri della terra il regno dei cieli, tu ci colmi della tua ricchezza.
- ◆ Signore, mite ed umile di cuore, che riveli un mondo nuovo a coloro che si abbandonano a te, da te riceviamo la pienezza.
- ◆ Signore, che sei caduto con il volto a terra, e che, nella tristezza, tracci un sentiero di consolazione, tu sei la gioia che nessuno può rapirci.
- ◆ Signore, che hai versato sangue e che disseti al calice della vita il tuo popolo, tu plachi la nostra sete.
- ◆ Signore risorto, che ti sei mostrato ai discepoli e che cambi il nostro cuore di pietra in cuore di carne, noi ti vedremo faccia a faccia
- ◆ Signore, che hai spogliato i potenti, e vesti con un abito di festa i costruttori di pace, tu ci trasformi a tua immagine.
- ◆ Signore, il primo dei viventi, che raccogli nel Regno dei cieli quelli che muoiono per te, noi rimaniamo nel tuo amore.
- ◆ Gesù Cristo, nato nell'umiltà per innalzare gli umili
- ◆ Tu che sei vissuto fra di noi, guarendo i malati, annunciando ai poveri la Buona Novella e la libertà ai prigionieri
- ◆ Gesù, tu sei bontà e perdono, e sollevi tutto ciò che pesa troppo sulle nostre spalle
- ◆ Gesù mite ed umile di cuore, tu chiami a te tutti quelli che sono tormentati e piegano sotto il peso
- ◆ Tu sei venuto per far cadere le catene di tutte le schiavitù, tu che sei l'amico dei poveri e il pane di chi ha fame
- ◆ Gesù, venuto nel mondo non essere servito, ma per servire e dare la vita
- ◆ Gesù risorto dai morti e sempre vivo per accompagnarci sulla strada verso il Padre tu e Padre nostro.

Ripetiamo insieme: A te la lode e la gloria

Gesù, vero Dio, Figlio del Padre

Gesù, vero uomo, nato da Maria

Gesù, redentore del mondo

Gesù, messia e salvatore

Gesù, bellezza increata

Gesù, divina sapienza

Gesù, vita senza fine

Gesù, sicura speranza

Gesù, Pasqua divina

Gesù, Pasqua della Nuova Alleanza

Gesù, Pasqua della Chiesa

Gesù, Pasqua eterna Gesù, Primo ed ultimo

Gesù, Signore della Storia

Gesù, Vivente e Veniente

A Gesù Eucaristia

Signore Gesù, nell'Eucaristia

tu sei il centro di tutta la comunità cristiana,

tu sei il vincolo della carità, perché tu sei l'amore.

Tu, ricco di misericordia e di bontà,

accresci l'amore tra noi, disperdi ogni avversione,

togli ogni tristezza dell'anima.

Rassicura i cuori ansiosi,

rinvigorisci gli animi avviliti,

spegni l'odio nei cuori,

porta concordia e tranquillità nel mondo intero.

Fai che tutti ci riconosciamo figli del Padre celeste,

per sentirci tutti fratelli,

con te, in te, per te.

Si aprano i nostri occhi

per vedere le necessità dei bisognosi.

Si aprano i nostri cuori per amare tutti.

Si aprano le nostre mani per aiutare sempre.

Rendici un cuor solo e un'anima sola.

Ogni peccato sia abbattuto,

ogni rottura sia ricomposta,

ogni rancore sia spento.

Sepolto sia l'orgoglio,

distrutta l'invidia, vinta la cattiveria.

Signore Gesù, rendici testimoni del tuo amore.

Il tuo Spirito ci unisca tutti

in comunione di fede e di carità.

Con te, Signore, saremo Chiesa presente nel mondo,

tuoi discepoli che imparano da te l'amore.

In cammino verso Emmaus

Siamo, con te, Maestro,
come i discepoli in cammino verso Emmaus,
in cammino sui sentieri della storia.
Ci fai scoprire il senso vero del nostro vivere,
ci inviti a restare con te,
a spezzarci con te,
a rimanere nella tua casa per scoprirti amore che si dona.
Ti cerchiamo Maestro,
vorremmo incontrarti nelle piccole cose della nostra vita,
raggiungerti tutte quelle volte in cui ci sembri lontano.
E invece tu ci sei, da sempre.
Noi ti cerchiamo, affannati, in tante parti ed invece tu sei qui,
tu ci abiti, in quel luogo che noi conosciamo così poco di noi:
il nostro cuore.
Un cuore affannato, distratto, stanco,
che noi abbiamo trasformato in pietra.
Tu invece lo conosci e ne hai compassione..
conosci noi, le nostre paure, i nostri limiti,
le nostre incoerenze, le nostre debolezze...il nostro peccato.
Ci accogli così, senza chiederci niente,
ti fai nostro compagno di strada..ti fai pane per noi...
Ti preghiamo Signore, fà che lo stare davanti a Te,
Ti faccia crescere in noi,
così che possiamo donarTi ai nostri fratelli.
Ci proponi la tua amicizia,
la tua Parola, anche il tuo silenzio ci parla
e ci interpella nel profondo.
Fà che anche il nostro cuore si faccia ardente,
e sappiamo riconoscerti sempre sulle strade della vita.

Ripetiamo insieme: Cristo, tu sei tutto per noi.

- ◆ Se desideri medicare le mie ferite, tu sei medico.
- ◆ Se brucio di febbre, tu sei la sorgente ristoratrice.
- ◆ Se sono oppresso dalla colpa, tu sei il perdono.
- ◆ Se ho bisogno di aiuto, tu sei la forza.
- ◆ Se temo la morte, tu sei la vita eterna.
- ◆ Se desidero il cielo, tu sei la vita.
- ◆ Se fuggo le tenebre, tu sei la luce.
- ◆ Se cerco il cibo, tu sei il nutrimento.

(S. Ambrogio)

Ripetiamo insieme:

Noi ti lodiamo e ti adoriamo, Signore Gesù.

- ◆ Con la nostra vita che in te trova un Pane che la nutre.
- ◆ Con la nostra parola che in te trova la concretezza di un cammino.
- ◆ Con la nostra povertà che in te trova la ricchezza di un cuore beato.
- ◆ Con la nostra gioia che in te trova la stabilità di una pace vera.
- ◆ Con la nostra carità che in te trova il suo vero significato per un dono di condivisione.
- ◆ Con la nostra offerta quotidiana che nella tua croce riceve la forza della radicalità. .
- ◆ Con i nostri sacrifici e le nostre sofferenze che nella tua risurrezione trovano motivo di purificazione e di conforto.
- ◆ Con le nostre speranze ed aspirazioni che in te trovano la certezza di un mondo futuro rinnovato.
- ◆ Con le nostre Eucaristie nelle quali in te, vivo e presente, riviviamo il dono della redenzione.
- ◆ Con le nostre adorazioni che ci fanno scoprire ogni giorno la forza del tuo amore.
- ◆ Con la nostra morte che sarà in te una vittoria nella festa del tuo Regno.

Credo Signore

Signore Gesù, credo che sei nell'eucaristia, vivo e vero.
Tutto ciò che fa di te una persona,
il Figlio dell'uomo ed il Figlio di Dio, tutto è presente.
Credo che tu sei presente ,
nato a Betlemme dalla Vergine,
crocifisso sul Calvario, risorto il terzo giorno
ed ora nella gloria alla destra del Padre.
La tua presenza, o Signore,
è misteriosa ed invisibile;
se anche non vedo nulla, se anche non sento nulla,
credo fermamente, o Signore,
che tu sei realmente presente, perché tu l'hai detto!
Quando sei venuto in mezzo a noi,
nascosta era la tua divinità, evidente la tua umanità.
Ora nel mistero dell'Eucaristia,
velata rimane anche la tua umanità.
Questo esige fede grande e fede viva.
Signore, accresci la mia fede,
Signore, donami una fede che ama.
Tu che mi vedi, tu che mi ascolti, tu che mi parli:
illumina la mia mente perché creda di più!
riscalda il mio cuore perché ti ami di più!
La tua presenza, mirabile e sublime,
mi attragga, mi afferri, mi conquisti.
affinchè professi la mia fede in te: «Signore mio e mio Dio!».

Preghiera a Gesù Cristo vivente nell'Eucaristia

Dio, Padre nostro, crediamo che sei il creatore di tutte le cose e che ti sei avvicinato a noi nel volto del tuo Figlio, concepito dalla Vergine Maria per opera dello Spirito Santo, per divenire per noi la condizione e la garanzia di vita eterna. Crediamo, Padre provvidente, che per la potenza del tuo Spirito il pane ed il vino si trasformano nel corpo e sangue del tuo Figlio, fior di farina che alleggerisce la fame lungo il cammino. Crediamo, Signore **Gesù**, che la tua Incarnazione si prolunga nel seme del tuo corpo eucaristico per nutrire gli affamati di luce e di verità, di amore e di perdono, di grazia e di salvezza. Crediamo che **nell'Eucaristia** ti prolunghi nella storia per sostenere la debolezza del pellegrino e chi sogna di vedere il frutto del suo lavoro. Sappiamo che a Betlemme, la «casa del Pane», l'eterno Padre ci ha donato dal seno della Vergine il pane che offre agli affamati di infinito. Crediamo, **Gesù vivente nell'Eucaristia**, che la tua presenza è vera e reale nel pane e nel vino consacrati: così perpetui la tua presenza salvifica e offri alle tue pecore pascoli erbosi ed acque tranquille. Crediamo che gli occhi si ingannano vedendo pane e la nostra bocca si sbaglia nell'assaggiare vino, perché sei Tu, interamente, offerto in sacrificio per la vita del mondo, che sempre anela il paradiso. Quella notte, nel Cenacolo, Signore, prendendo il pane ed il vino tra le mani, li hai offerti a tutti, per gli anni e i secoli infiniti. Con te, Agnello dell'Alleanza, su ogni altare in cui ti offri al Padre, si elevano i frutti della terra e del lavoro dell'uomo, la vita del credente, il dubbio di chi cerca, il sorriso dei bambini, i progetti dei giovani, il dolore di chi soffre,

Ripetiamo insieme: A te lode e amore!

- ◆ Gesù, pane santo
- ◆ Gesù, pane del deserto
- ◆ Gesù, manna celeste
- ◆ Gesù, pane che nutre
- ◆ Gesù, pane che salva
- ◆ Gesù, pane che dà forza
- ◆ Gesù, vera bevanda
- ◆ Gesù, bevanda di letizia
- ◆ Gesù, grande sacramento
- ◆ Gesù, sacramento mirabile
- ◆ Gesù, sacramento d'amore.
- ◆ Gesù, sacramento di pace
- ◆ Gesù, sacramento di unità
- ◆ Memoriale della passione
- ◆ Memoriale della croce
- ◆ Memoriale della Risurrezione,
- ◆ Memoriale dell'Ascensione

Ripetiamo insieme: Salvaci, o Signore.

- ◆ Per la Santa Eucaristia, mistero grande e prezioso.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, mistero ineffabile
- ◆ Per la Santa Eucaristia, mistero di misericordia.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, mistero di fede.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, mistero di luce.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, dono incommensurabile.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, pane vero.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, santissimo sacramento.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, cuore del mondo.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, tesoro inestimabile della Chiesa.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, vero corpo nato da Maria Vergine.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, memoriale del Calvario.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, culmine di tutti i sacramenti.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, convito sacro.
- ◆ Per la Santa Eucaristia, supremo sacramento dell'unità del popolo di Dio.

(da Ecclesia de Eucharistia)

Crediamo, Signore **Gesù**,
che la tua bontà ha preparato
una mensa al grande e al piccolo,
e che alla tua mensa diventiamo fratelli,
fino a donare la vita gli uni per gli altri,
come hai fatto Tu per noi.
Crediamo, **Gesù**, che sull'altare del tuo sacrificio,
recupera forza la nostra debole carne
non sempre pronta agli aneliti dello spirito:
trasformala Tu a immagine del tuo corpo.
Crediamo che alla mensa preparata per tutti,
ci sarà sempre posto per chi ti cerca,
spazio per l'emarginato dalla vita,
superando i segni della morte,
inaugurando cieli nuovi e terra nuova.
Crediamo, **Gesù**, che non lasci soli i tuoi fratelli:
tu permani discreto nel sacrario della coscienza
e nel pane e nel vino della mensa eucaristica,
luce e forza del debole pellegrino.
Crediamo, infine, che all'inizio del terzo millennio
ti fai compagno nel cammino.
«Prendere il largo» è la consegna,
nell'oggi della Chiesa,
per costruire, pieni di speranza,
una nuova tappa della storia.
Grazie, **Gesù, vivente nell'Eucaristia**,
perché ci spingi a una nuova evangelizzazione
fortificata dalla tua presenza.
La tua santa Madre accompagna
chi accetta di vivere e di annunciare la tua Parola:
la sua intercessione renda feconda la tua semente. Amen.

(Preghiera del Convegno Eucaristico Internazionale Messico 2005)

Ti benediciamo

Ti rendiamo grazie, Padre,
per questa memoria delle nostre origini presso di Te,
che è la santa cena, nella quale il Tuo Spirito,
primo dono ai credenti, viene a rendere presente per noi
la Pasqua riconciliatrice del Tuo Figlio.

Ti benediciamo, perché l'unico pane e l'unico calice
ci raccolgono nell'unico Corpo, facendo di noi,
nella comunione all'unico Santo mediante i santi doni,,
la comunione dei santi nel tempo e per l'eternità.
Ti rendiamo grazie Signore del cielo e della terra,
perché questo banchetto anticipa la festa del tuo regno,
e, mentre sostiene noi poveri e pellegrini, ci fa vigili e attivi
per costruire nella storia la giustizia e la pace
colmando il nostro cuore di speranza e di gioia.

Ti benediciamo, Signore Gesù Cristo,
che hai voluto confidare alla Tua Chiesa
il memoriale della Tua Pasqua.
Fa che tutta la nostra esistenza sia umilmente
sotto la tua parola di missione:
"Fate questo in memoria di Me".

Concedici, perciò, di celebrare nella vita e nella storia
la memoria potente della Tua passione e della Tua risurrezione
per il dono del Tuo spirito che compie nel tempo la santa promessa.
Fa che docili a Lui, sappiamo esserne trasformati,
in modo che la tua azione di grazie diventi la nostra,
il Tuo sacrificio il nostro, e il sì che il Padre ha detto su di Te
risuoni anche per la nostra vita.

E fa' ancora che, uniti nello Spirito
dal mistero del Tuo Corpo e del Tuo Sangue,
sappiamo vivere in comunione e crescere in comunione,
dando ai nostri attimi respiro di chiesa
secondo la missione che Tu affidi a ciascuno. (Bruno Forte)

Ripetiamo insieme: Signore mio e Dio mio!

- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, che ti sei fatto uomo per la mia salvezza
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, che hai annunciato il Vangelo di verità.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, per il quale sono state fatte tutte le cose.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, Principio e Fine di tutte le cose.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, che ti sei fatto uomo per me.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, che ti sei fatto cibo per me nel Sacramento dell'altare.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, flagellato e sputacchiato per i nostri peccati
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, che ti sei annientato, facendoti obbediente fino alla morte sulla croce.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, che sei risorto glorioso dalla morte e sei asceso ai cielo.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, splendente e glorioso sul monte Tabor.
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, premio e felicità dei giusti nella vita eterna
- ◆ Ti adoro, Signore Gesù, che vivi e regni, Dio nei secoli.

Ripetiamo insieme: Noi ti adoriamo, o Signore.

- ◆ Tu sei il Cristo, tu sei il Figlio del Dio vivente.
In te la Chiesa spera e crede, da te il mondo attende la salvezza.
- ◆ Tu sei il nostro Redentore, tu la speranza di ogni uomo.
Da te ognuno attende la propria liberazione.
- ◆ Tu sei la Verità, tu sei la luce al cui bagliore camminiamo nella via del Signore, da Te riceviamo ogni sapienza.
- ◆ Tu sei la Via, Tu sei il sicuro cammino
per tutti coloro che, smarriti, cercano consolazione e conforto.
- ◆ Tu sei la Vita, Tu sei la forza che ci sostiene in mezzo alle sofferenze e alle tribolazioni: da chi andremo, Signore?
Tu solo hai Parole che sono Vita eterna.
- ◆ Noi ti adoriamo e ti benediciamo
perché ci riveli il tuo volto di luce e di gioia.

kkk

Ripetiamo insieme: Signore, noi ti ringraziamo.

- ◆ Con la tua Eucaristia tu ci hai dato tutto:
- ◆ Con la tua Eucaristia tu ci doni la vita:
- ◆ Con la tua Eucaristia tu ci doni l'amore:
- ◆ Per la tua Eucaristia sorgente di vita:
- ◆ Per la tua Eucaristia sorgente di gioia:
- ◆ Per la tua Eucaristia sorgente di speranza:

Il cielo s'è rovesciato sulla terra

No, non è rimasta fredda la terra:

Tu sei rimasto con noi!

Che sarebbe del nostro vivere
se i tabernacoli non ti portassero?

Tu hai sposato una volta l'umanità
e le sei rimasto fedele.

Ti adoriamo, Signore,
in tutti i tabernacoli del mondo.

Si, essi sono con noi, per noi.

Non sono lontani come le stelle
che pure tu ci hai donato.

Dovunque possiamo incontrarti:

Re delle stelle e di tutto il creato!

Grazie, Signore, di questo dono smisurato.

Il Cielo s'è rovesciato sulla terra.

Il cielo stellato è piccolo.

La terra è grande, perché essa è trapunta
dovunque dall'Eucaristia:

Dio con noi, Dio fra noi, Dio per noi.

(Chiara Lubich)

Tu Pane vivo

Signore Gesù,
con gioia ci prostriamo in adorazione
presso il tuo santo altare.
Con te, o Gesù,
tutto è merito di vita eterna,
tutto è luce che rischiarerà la vita,
tutto aiuta a proseguire il cammino
tutto è dolcezza... anche il dolore!
Tu sei fonte copiosa di purissima gioia.
Gioia che cominciamo a gustare qui,
nella valle del pianto,
e che sarà piena quando ci svelerai la tua gloria:
al gaudio della fede subentrerà quello della visione.
Signore Gesù,
tu, pane vivo disceso dal cielo, ci basti.
Non abbiamo bisogno di altri.
Tu sei la nostra vita.
Tu sei la nostra gioia.
Tu sei il nostro tutto.
Ci affidiamo a te: nostro conforto,
nostro gaudio, nostra pace.

Ripetiamo insieme: Noi ti adoriamo, Signore Gesù

Tu sei una cosa sola con il Padre	(Gv 10, 30)
Tu sei uscito dal Padre e sei venuto nel mondo	(Gv 16, 28)
Tu ci fai conoscere il Padre	(Lc 10, 22).
Tu sei la parola di Dio, fatta carne	(Gv 1, 14)
Tu sei la porta per entrare nella casa del Padre	(Gv. 10, 9)
Tu sei la via che conduce al Padre	(Gv. 14,6)
Tu sei il buon pastore, e conosci le tue pecore	(Gv 10,14)
Tu sei il buon pastore che dà la vita per le pecore	(Gv 10,15)
Tu sei venuto a portare il fuoco sulla terra	(Lc 12, 49)
Tu sei venuto a cercare e salvare ciò che era perduto	(Lc 19, 10)
Tu sei la verità	(Gv. 14, 6).
Tu sei la luce del mondo	(Gv. I, 4; 8, 12).
Tu hai ogni potere in cielo e sulla terra	(Mt. 28, 18).
Tu sei il Principio e la Fine	(Ap.22,13)
Tu sei la vita	(Gv. I, 4; 14, 6)
Tu sei la risurrezione e la vita	(Gv. 11, 25).
Tu sei il pane che dà la vita al mondo	(Giov. 6, 47, 51).
Tu sei la vite vera, e noi i tralci	(Gv. 15, 1).
Tu sei in mezzo a noi fino alla fine dei secoli.	(Mt. 28, 20)
Tu sei il nostro Re	(Gv. 18, 37)
Tu hai ogni potere in cielo e sulla terra	(Mt. 28, 18)
Tu sei il Principio e la Fine	(Ap. 22, 13)

Ripetiamo insieme: Noi ti adoriamo, Signore Gesù.

- ◆ Nel segno del pane eucaristico.
- ◆ Nel pane che dà la vita al mondo.
- ◆ Nel pane del servizio e dell'amore.
- ◆ Nel pane che sazia la fame dell'uomo.
- ◆ Nel pane che vien e spezzato per la liberazione dell'uomo
- ◆ Nel pane donato al mondo come salvezza.
- ◆ Nel pane di comunione e di fraternità.
- ◆ Nel pane che toglie il peccato del mondo.
- ◆ Nel pane che vince il dolore e la morte.
- ◆ Nel pane che fa gustare la comunione con te.
- ◆ Nel pane che sostiene il cammino della Chiesa.
- ◆ Nel pane che ci fa pregustare il banchetto del cielo.
- ◆ Nel pane che santifica e rigenera.
- ◆ Nel pane esposto per la nostra contemplazione.
- ◆ Nel pane che continua la tua incarnazione.
- ◆ Nel pane che Maria, la madre, elargisce ai suoi figli.
- ◆ Nel pane che fa della nostra vita una perenne Eucaristia.
- ◆ Nel pane che sostenne molti cristiani nel martirio.
- ◆ Nel pane che ha dato numerosi santi alla tua Chiesa.
- ◆ Nel pane che ogni sacerdote offre sui tuoi altari.

Insieme a Te

Signore, ogni volta che decido di adorarti mi rendo mi conto che non è sufficiente guardare fisso verso l'Eucaristia. Tu mi chiedi anche di guardare intorno, di guardare «oltre», «lontano».

L'Eucaristia crea sempre uno sguardo infinito, uno sguardo attento, uno sguardo presente, uno sguardo penetrante.

La nostra presenza qui è anche segno della tua Presenza: noi siamo il tempio del Dio vivente, il segno della tua Gloria.

Per questo la preghiera di adorazione non è un fatto nostro, privato, esclusivo, ma un evento di Chiesa: è un popolo che adora il suo Dio.

L'adorazione non si esaurisce nel dialogo io-Tu. Tu, Signore, vuoi vedere quanto sono capace di accogliere quelli che mi stanno accanto: mi vieni a cercare per fare del mio volto il segno dell'amicizia e della speranza, per riaccendere in tanti il desiderio dell'amore. Vuoi afferrarmi perché non venga preso dalla tentazione di scappare, di non voler sentire, di non voler sapere, di non diventare messaggio di Te, parola di Te. Vuoi cercarmi in mezzo al volto dei miei fratelli; mi vuoi cercare in mezzo agli altri per poi inviarmi proprio a loro.

Dall'Imitazione di Cristo

IV 9,2-5

Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio fatto uomo,
splendore del Padre e sua immagine,
noi ti riconosciamo presente
nel sacramento del pane e del vino e ti adoriamo.
I nostri occhi non possono fissare la tua gloria
e sostenere lo splendore della tua luce divina;
ma in questo sacramento noi ti riconosciamo
e ti adoriamo nella fede
come gli angeli e i santi ti contemplano e ti lodano in cielo.
Anche noi speriamo poterti un giorno incontrare svelatamente
quando le ombre dei segni saranno svanite
e risplenderà la luce senza tramonto della verità
Ora noi camminiamo nella fede e nell'attesa,
e abbiamo come conforto la tua Parola
e questo santissimo sacramento del tuo corpo.
Di due cose, infatti, abbiamo supremo bisogno in questa vita:
di cibo e di luce e tu ci hai lasciato
il tuo corpo come nutrimento del nostro spirito
e la tua parola come luce per il nostro cammino.
Noi ti rendiamo grazie, Signore, per questo duplice dono,
per questa duplice mensa, con la quale ci ristori e ci dai vita:
la mensa del tuo santissimo corpo e la mensa della tua Parola.
Tu hai voluto così manifestare il tuo amore per tutti gli uomini;
tu ci hai preparato un grande convito per tutti i popoli,
nel quale non più l'agnello simbolico
ma il tuo stesso corpo e il tuo sangue ci vengono dati,
perché noi gustiamo la gioia della tua mensa
e beviamo il calice della salvezza.
A te la nostra lode e il nostro amore nei secoli dei secoli.

Litanie della santissima Eucaristia

- | | |
|---|------------------------|
| ◆ Santissima Eucaristia | Noi ti adoriamo |
| ◆ Dono ineffabile dei Padre | Noi ti adoriamo |
| ◆ Segno dell'amore supremo dei Figlio | Noi ti adoriamo |
| ◆ Prodigio di carità dello Spirito Santo | Noi ti adoriamo |
| ◆ Frutto benedetto della Vergine Maria | Noi ti adoriamo |
| ◆ Sacramento dei Corpo e dei Sangue di | Noi ti adoriamo |
| ◆ Sacramento che perpetua il sacrificio della Croce | Noi ti adoriamo |
| ◆ Sacramento della nuova ed eterna alleanza | Noi ti adoriamo |
| ◆ Memoriale della morte e risurrezione dei Signore | Noi ti adoriamo |
| ◆ Memoriale della nostra salvezza | Noi ti adoriamo |
| ◆ Sacrificio di lode e di ringraziamento | Noi ti adoriamo |
| ◆ Dimora di Dio con gli uomini | Noi ti adoriamo |
| ◆ Banchetto delle Nozze dell'Agnello | Noi ti adoriamo |
| ◆ Pane vivo disceso dal Cielo | Noi ti adoriamo |
| ◆ Manna nascosta piena di dolcezza | Noi ti adoriamo |
| ◆ Vero Agnello pasquale | Noi ti adoriamo |
| ◆ Mistero della Fede | Noi ti adoriamo |
| ◆ Sostegno della speranza | Noi ti adoriamo |
| ◆ Vincolo della carità | Noi ti adoriamo |
| ◆ Segno di unità e di pace | Noi ti adoriamo |
| ◆ Sorgente di gioia purissima | Noi ti adoriamo |

Ripetiamo insieme: Sii Benedetto Signore

- ◆ Per il pane, presenza del Cristo tra i suoi ..
- ◆ Per il pane, cibo divino, offerto all'uomo che crede...
- ◆ Per il pane, che è il corpo di Cristo risorto...
- ◆ Per il pane, sostegno del credente, nel cammino per la vita eterna...
- ◆ Per il pane spezzato che invita alla condivisione e provoca all'amore...
- ◆ Per il pane che ci dona l'amore e la pace di Cristo...

kkk

Ripetiamo insieme: Signore mio e Dio mio!

- ◆ Ti adoro, o Signore Gesù, che vivi e regni Dio nei secoli
- ◆ Ti adoro, o Signore Gesù, per il quel sono state fatte tutte le cose.
- ◆ Ti adoro, o Signore Gesù, Principio e Fine di tutte le cose.
- ◆ Ti adoro, o Signore Gesù, Che ti sei fatto uomo per me.
- ◆ Ti adoro, o Signore Gesù, flagellato e sputacchiato per i nostri peccati
- ◆ Ti adoro, o Signore Gesù, Splendente e glorioso sul monte Tabor.
- ◆ Ti adoro, o Signore Gesù, Premio e felicità dei giusti nella vita eterna

L'amore si riveste di silenzio

Siamo qui, davanti all'Eucaristia, Segno avvolto di mistero e di presenza, di luce e di ombra.

I nostri occhi abitualmente si compiacciono di ciò che appare e si lasciano riempire da ciò che impressiona, mentre ora debbono sottostare a ciò che non si vede, a ciò che non colpisce, a ciò che non attrae.

Eppure questo fa parte di Te, Gesù-Eucaristia.

La tua presenza e la tua realtà sono legate a queste "precarietà" umane.

Il tuo, Signore, è un nascondimento che va al di là delle leggi della natura: ti riveli velandoti, ci parli col silenzio, ci ami morendo.

Questo tuo stile, Signore Gesù, ci sconcerza e spesso ci appare quasi impossibile.

Non riusciamo a comprendere questo tuo essere «Presenza nascosta».

Noi ci fermiamo ai frutti di un albero e non alle sue radici, ci fermiamo al volo degli uccelli e non pensiamo all'aria che li sostiene, ci ralleghiamo per la spiga di grano e non pensiamo a quel chicco che, morendo, l'ha generata.

Anche adorare per noi, Signore, diventa difficile, proprio perché non c'è nulla da vedere.

Non riusciamo a vedere quello che diciamo, non riusciamo a capire quello che vediamo.

Bisogna entrare nel tuo stile di silenzio e di umiltà, per amarti così come sei, o Gesù.

Dobbiamo entrare nella logica per l'amore che si nasconde, nell'amore per l'altro, dando la prevalenza al «tu» piuttosto che all'«io». E allora eccomi, Signore, come la sposa del Cantico dei Cantici che cerca il suo amato, e poi lo trova e poi lo perde e poi lo ritrova ancora, ma non cessa mai di amarlo.

Tu solo

O Signore, mi rivolgo a te
dalla mia silenziosa oscurità.
Mostrami la tua misericordia e il tuo amore.
Fammi vedere il tuo volto, udire la tua voce,
toccare il lembo del tuo mantello.
Voglio amarti, parlarti e stare
semplicemente alla tua presenza.
Ripeti anche a me quanto hai detto
ai tuoi discepoli spaventati: «Non temete, sono io!»
Signore, aiutami a capire che
solo tu puoi insegnarmi a pregare,
solo tu puoi dare riposo al mio cuore,
solo tu puoi farmi stare alla tua presenza.
Nessun libro, nessuna idea, nessun concetto e
nessuna teoria mi avvicineranno a te,
a meno che tu stesso non faccia sì che
questi strumenti divengano una via verso te.
Spezza i muri che io ho costruito.
Aiutami nei miei tentativi di fare di te
il centro della mia vita interiore.
Dammi la grazia della preghiera.
O Signore, fammi stare alla tua presenza
e gustare l'amore eterno e infinito col quale tu m'inviti
ad abbandonare le mie ansie, paure e preoccupazioni.
Insegnami a tenere semplicemente
lo sguardo fisso su di te.
Rendimi paziente e capace di crescere lentamente,
in quel silenzio dove posso essere con te.
Abbi pietà di me peccatore . Amen.

(*Henry J.M. Nouwen*)

Ripetiamo insieme: Aiutaci, o Santo Spirito

- ◆ A essere vermente consapevoli della grandezza del dono e del tesoro dell'Eucaristia.
- ◆ A ritenere che nell'Eucaristia si rende sempre attuale nel tempo l'unico e definitivo sacrificio redentore di Cristo.
- ◆ Ad avere cura di questo sacramento, nel quale si riassume tutto il mistero della nostra salvezza.
- ◆ A vivere il mistero eucaristico nella sua integrità di sacrificio, presenza e banchetto.
- ◆ A credere che nell'umile segno del pane e del vino, transustanziati nel suo corpo e nel suo sangue, Cristo cammina con noi.
- ◆ A superare i limiti della ragione per inabissarci nell'adorazione e in un amore senza limiti.
- ◆ A riconoscere che nella santissima Eucaristia è racchiuso tutto il bene spirituale della Chiesa.
- ◆ Ad avere davanti all'Eucaristia sentimenti di grande e grato stupore e una premurosa attenzione.
- ◆ A ricordare che l'Eucaristia è un mistero che sovrasta i nostri pensieri e può essere accettato solo nella fede.

(*da Ecclesia de Eucaristia*)

Ripetiamo insieme: Noi ti adoriamo, fonte della vita

- ◆ Tu continui a passare, Signore, sulle strade dell'uomo. Tu visiti ogni uomo per donare salvezza. Tu passi, Signore nel mio quotidiano. Da tempo desideri incontrarti con me.
- ◆ Tu entri nella mia vita, conosci i miei progetti, le mie attese, le vittorie e le sconfitte. Passi ogni giorno ma io spesso non ti vedo e non ti sento. Fa che io mi accorga della tua presenza.
- ◆ Donaci, Signore, la gioia di incontrarti, il coraggio di accoglierti, la forza di essere tuoi testimoni.
- ◆ Hai visto, Signore, la fatica dei pescatori, il vuoto di Levi e Zaccheo, la sofferenza dei poveri. Il tuo è uno sguardo che comprende, comunica, affascina, rivela.
- ◆ Vedi la mia vita, la mia costante inquietudine nella ricerca di un senso. Mi vedi in cerca di una via, di un futuro riuscito. Aiutaci, Signore, a lasciarci guardare fino in fondo e pace troveremo.
- ◆ Tu ci chiami, Signore, sei voce amica, voce che rassicura. Come hai chiamato quei pescatori, oggi chiami noi: apri il nostro cuore affinché la nostra risposta sia pronta e generosa.
- ◆ Aiutami a superare le incertezze, le indecisioni. Insegnami a scegliere, ad accogliere, a seguire.

Gli occhi della fede

Gesù, mio Dio,
se credessi veramente alle tue parole,
quale rispetto e amore,
quale adorazione appassionata,
quale contemplazione profonda e infinita
davanti al Santo Sacramento!
come sarebbe lontana da me questa mediocrità,
questa indifferenza, questa sonnolenza,
questa dissipazione, questo stato d'animo
che non sa cosa dire e fare,
questa pigrizia e questa aridità spirituale
che mostro così spesso ai piedi del tuo altare!
Soccorrimi, mio Dio,
fammi vedere ciò che è,
aprimi gli occhi della fede!
Mio Salvatore, se guardassi con fede il tabernacolo,
la santa ostia, come mi immergerei nel tuo amore,
come mi ci perderei,
come mi lascerei attrarre da te
tanto da restare tutti i momenti dei miei giorni
e delle mie notti in questa ebbrezza
che è quella della verità....
Mio Dio, dammi questa fede,
una fede molto viva,
per farmi morire d'amore
ai piedi del tuo corpo divino.
in te, con te e per te. Amen

(Charles de Foucauld)

La nostra Eucaristia

Signore, aiutaci a vivere sempre
in rendimento di grazie.
Fa' che celebriamo l'eucaristia
con il cuore puro,
con l'animo preparato,
in piena obbedienza
a quanto Gesù ci ha comandato
e la Chiesa ci insegna.
Fa' che l'eucaristia sia il centro,
il modello, la forza plasmatrice
di tutta la nostra vita.
Suscita sempre nella Chiesa
i tuoi ministri
che presiedano con umiltà e verità
la celebrazione eucaristica
e servano nella carità tutti i fratelli.
Dona a ogni credente, a ogni famiglia,
ogni gruppo, ogni comunità,
secondo la vocazione e la missione
da te ricevuta,
di trovare nell'eucaristia la regola,
il modello e l'alimento
della vita cristiana di ogni giorno.
Fa' che l'eucaristia
eserciti un fascino
segreto e irresistibile
sull'uomo d'oggi,
anche su chi è distratto, dissipato,
chiuso nell'egoismo,
stroncato dalla disperazione.

Ripetiamo insieme: Gloria a te, Agnello immolato

- ◆ Gesù, tu sei il Pane di vita: donaci forza.
- ◆ Gesù, tu sei la vite vera: dacci gioia.
- ◆ Gesù, tu sei l'Emmanuele, il Dio-con-noi: resta con noi.
- ◆ Gesù, tu sei il Salvatore degli uomini: dacci la vita di Dio.
- ◆ Gesù, tu sei il capo della Chiesa: radunaci in essa.
- ◆ Gesù, tu sei il Dio forte: aiutaci.
- ◆ Gesù, tu sei il Buon Pastore: guidaci.
- ◆ Gesù, tu sei la luce del mondo: illuminaci.
- ◆ Gesù, tu sei il Messia: consacraci.
- ◆ Gesù, tu sei l'Agnello di Dio che porta su di sé i peccati del mondo: perdonaci.
- ◆ Gesù, tu sei il fuoco di Dio: consumaci.
- ◆ Gesù, tu sei il medico delle anime: guariscici.
- ◆ Gesù, tu sei l'amico dei fanciulli: donaci la tua benedizione.
- ◆ Gesù, tu sei l'immagine del Padre: mostraci Dio.
- ◆ Gesù, tu sei il cuore trafitto dai nostri peccati: cancella le nostre offese.
- ◆ Gesù, tu sei il Figlio di Dio e il figlio dell'uomo: abbi pietà di noi.
- ◆ Gesù, tu sei il re della gloria: vogliamo servirti.
- ◆ Gesù, tu sei il nostro fratello: vogliamo amarti.
- ◆ Gesù, tu sei il nostro Dio; vogliamo essere tutto per Te.

Ripetiamo insieme: Donaci, Signore, lo Spirito dell'amore.

- ◆ Perché sappiamo essere costruttori di pace. Ti preghiamo.
- ◆ Perché sappiamo essere ministri della carità. Ti preghiamo.
- ◆ Perché sappiamo essere difensori della vita. Ti preghiamo.
- ◆ Perché sappiamo essere testimoni della speranza. Ti preghiamo.
- ◆ Perché sappiamo essere coerenti nella fede. Ti preghiamo.
- ◆ Perché sappiamo essere promotori della giustizia. Ti preghiamo.
- ◆ Perché sappiamo essere collaboratori della gioia. Ti preghiamo.

kkk

Ripetiamo insieme: Noi ti adoriamo e crediamo in te.

- ◆ O Gesù, pane vivo disceso dal cielo:
- ◆ O Gesù, cibo di vita e di risurrezione:
- ◆ O Gesù, vittima di espiazione per i nostri peccati:
- ◆ O Gesù, nostro amico e fratello:
- ◆ O Gesù, sorgente di purezza e di santità:
- ◆ O Gesù, sostegno e forza del nostro cammino:
- ◆ O Gesù, sollievo e conforto nelle nostre imprese:
- ◆ O Gesù, viatico divino nella nostra morte:

L'eucaristia, col linguaggio del rito
celebrato con fede
e col linguaggio della vita
rinnovata dalla carità, dica a tutti
che non di solo pane vive l'uomo;
che la nostra vita
aspira ad andare oltre se stessa
verso il misterioso richiamo
del tuo amore;
che ciò che conta veramente
non è il possesso,
il dominio sugli altri,
ma l'obbedienza al tuo disegno,
la gratitudine per i tuoi doni,
la generosa sopportazione del dolore,
la vicinanza gratuita a ogni fratello,
la speranza nella vita
che tu ci doni oltre la morte.
Specialmente nel giorno del Signore
ogni credente apprezzi
il dono inestimabile dell' eucaristia;
lo accolga come segreta energia
di tutta la vita;
lo rechi ai malati;
lo trasfonda in opere di carità,
in incontri di amicizia,
in momenti di ristoro e di gioia;
lo proponga al mondo d'oggi
come messaggio di speranza
e di riconciliazione.

(Carlo Maria Martini)

Gesù mio Signore

Gesù, mio Signore,
nella semplicità del cuore e con viva fede
io ti adoro realmente presente nel sacramento
della santa Eucaristia.

Tu, Gesù, sei il pane disceso dal cielo,
il cibo che ci sostiene nel cammino della vita;
tu sei la sorgente dell'amore
che sa donarsi fino al sacrificio di sé;
tu sei il pegno della vita eterna.

Signore Gesù, infinito è l'amore
che ti ha spinto a restare con noi
in questo sacramento
per donarti totalmente a noi.

Gesù, fammi la grazia
che ogni comunione sacramentale
sia un grande atto di fede e amore.

O mio Salvatore, fa' che tutto assorto in te,
impari a morire a me stesso
per donarmi tutto ai fratelli.

Signore, fammi ancora la grazia
che unito a te viva una vita nuova e divina,
per giungere un giorno là dove potrò
contemplarti a faccia a faccia
oltre il velo del sacramento
e amarti per tutta l'eternità.
Amen.

(San Giovanni Bosco)

- ◆ Gesù pane di vita, i giovani trovino in te l'alimento per amare e per impiegare la vita nel fare la volontà del Padre.
- ◆ Gesù pane di vita, fa sentire a quelli che ti ricevono la chiamata ad essere operai del tuo regno e dona la forza di rispondere.
- ◆ Gesù pane di vita, sii la forza per gli sposi ad amarsi come tu ami la Chiesa, di amore gratuito, fedele, fecondo.
- ◆ Gesù pane di vita, sostieni la fedeltà di coloro che hanno consacrato la loro vita interamente alla causa del Regno.
- ◆ Gesù pane di vita, le assemblee domenicali dei cristiani siano luoghi e momenti di assimilazione dei tuoi sentimenti di obbedienza. Che nessuno torni a casa senza aver maturato il desiderio di cercare la sua pace nella volontà del Padre.
- ◆ Gesù pane di vita, che i cristiani non lascino deserte le loro chiese dove tu sei presente sotto il segno del pane: e chi sosta davanti a te ricordi la tua obbedienza e chieda con insistenza di essere conformato a tè.
- ◆ Gesù pane di vita, i tuoi ministri che celebrano ogni giorno la Santa Cena sappiano imitare il mistero d'amore che si avvera nelle loro mani.
- ◆ Gesù pane di vita, sostieni i morenti perché dicano con fiducia il loro ultimo e definitivo: «Sì, Padre».

Ripetiamo insieme: Gesù, pane di vita, ascoltaci.

- ◆ Gesù pane di vita, fa della tua Chiesa la comunità di coloro che cercano la volontà del Padre.
- ◆ Gesù pane di vita, che tutti gli uomini possano entrare nel Regno facendo la volontà del Padre.
- ◆ Gesù pane di vita, la volontà del Padre da noi compiuta ci renda tuoi fratelli, sorelle e madri.
- ◆ Gesù pane di vita, rendici, a tua imitazione, miti ed umili, perché piace al Padre di rivelarsi ai piccoli.
- ◆ Gesù pane di vita, donaci di fare sempre, in tutte le cose, ciò che piace al Padre.
- ◆ Gesù pane di vita, alimenta il nostro amore al Padre perché tutto cooperi al nostro bene.
- ◆ Gesù pane di vita, mostraci il Padre nella lettura attenta della tua vita e delle tue parole.
- ◆ Gesù pane di vita, donaci l'intelligenza delle Scritture perché conosciamo il disegno nascosto del Padre di salvare tutti gli uomini, facendoli, in te, un unico corpo.
- ◆ Gesù pane di vita, ogni volta che mangiamo di tè nella cena, si accenda in noi il fuoco che ardeva nel tuo cuore e che tanto desiderasti che divampasse in tutto il mondo: il fuoco dell'amore di Dio.
- ◆ Gesù pane di vita, fa comprendere a tutti i battezzati che sono «sacerdoti» ed ogni volta che partecipano all'eucaristia debbono offrire se stessi al Padre, insieme a te.

Alla tua Mensa

Ma Tu stai alla mia porta
Se io, Signore, tendo l'orecchio
e imparo a discernere i segni dei tempi,
distintamente odo i segnali
della tua rassicurante presenza alla mia porta.
E quando ti apro
e ti accolgo come ospite gradito nella mia casa,
il tempo che passiamo insieme mi rinfranca.
Alla tua Mensa divido con te
il pane della tenerezza e della forza,
il vino della letizia e del sacrificio,
la parola della sapienza e della promessa,
la preghiera del ringraziamento
e dell'abbandono nelle mani del Padre.
e ritorno alla fatica del vivere
con indistruttibile pace.
Il tempo che è passato con te,
sia che mangiamo sia che beviamo,
è sottratto alla morte.
Adesso, anche se è lei a bussare,
io so che sarai Tu ad entrare:
il tempo della morte è finito.
Abbiamo tutto il tempo che vogliamo
per esplorare, danzando,
le iridescenti tracce della Sapienza dei mondi,
e infiniti sguardi d'intesa
per assaporarne la Bellezza.

(Carlo Maria Martini)

Anima di Cristo

Anima di Cristo, santificami.
Corpo di Cristo, salvami.
Sangue di Cristo, inebriami.
Acqua del costato di Cristo, lavami.
Passione di Cristo, confortami.
O buon Gesù, esaudiscimi.
Dentro le tue piaghe, nascondimi.
Non permettere che io mi separi da Te.
Dal nemico maligno, difendimi.
Nell'ora della mia morte, chiamami.
E fa che io venga a Te per lodarti.
Con i tuoi santi nei secoli dei secoli. Amen.

(Ignazio di Loyola)

kkk

Perdonami

Perdonami, Signore, per tutte le volte
che non ho accolto il tuo invito
o mi sono seduto alla tua mensa
Distratto, svogliato, annoiato.
perdonami, perché troppe volte,
invece di lasciarmi trasformare da Te,
che hai accettato di essere pane spezzato e vino sparso,
sono rimasto chiuso nel mio egoismo,
nelle mie grettezze, nel mio peccato.
Grazie, perché, nonostante ciò,
Tu ogni giorno rinnovi il tuo invito,
mi attendi, ti fai dono per me.
Tu mi abbracci
con la tenerezza di una madre
e mi sostieni con la forza di un padre.
Fa, o Signore,
che io possa divenire ciò che celebriamo,
che io possa essere trasformato da ciò che ricevo,
che la mia vita possa divenire dono per Te e per i fratelli.

(Comunità di Spello)

Ripetiamo insieme: Nel tuo grande amore, ascoltaci, Signore.

- ◆ Per la Chiesa che ha la missione di illuminare le genti. **Ti preghiamo**
- ◆ Per gli uomini che camminano nelle tenebre **Ti preghiamo**
- ◆ Per gli anziani che attendono la tua venuta. **Ti preghiamo**
- ◆ Per chi è nel dubbio e invoca la luce dello Spirito. **Ti preghiamo**
- ◆ Per il povero che mette la sua speranza in te. **Ti preghiamo**
- ◆ Per le persone che amano senza chiedere ricompensa **Ti preghiamo**
- ◆ Per i malati che collaborano con te alla redenzione. **Ti preghiamo**
- ◆ Per chi pone in te ogni speranza. **Ti preghiamo**
- ◆ Per i popoli che hanno fame e sete di giustizia. **Ti preghiamo**
- ◆ Per tutte le famiglie che collaborano alla costruzione del tuo regno. **Ti preghiamo**
- ◆ Per i giovani che si impegnano con coraggio
a costruire il futuro. **Ti preghiamo**

Ripetiamo insieme: Benedici il tuo popolo, Signore.

- ◆ Guarda, Signore, la tua Chiesa, ovile la cui porta è Cristo
- ◆ Guarda, Signore, la tua Chiesa, gregge di cui Cristo è unico pastore.
- ◆ Guarda, Signore, la tua Chiesa, campo in cui Cristo è la vera vite
- ◆ Guarda, Signore, la tua Chiesa, edificio di cui Cristo è la pietra angolare
- ◆ Guarda, Signore, la tua Chiesa, corpo mistico di cui Cristo è capo e guida
- ◆ Guarda, Signore, la tua Chiesa, sposa che Cristo ama di amore eterno.
- ◆ Guarda, Signore, la tua Chiesa, città santa che Cristo illumina con la sua luce.

kkk

Ripetiamo insieme: Sostieni, Signore il nostro cammino

- ◆ Quando ci sentiamo traditi nei nostri affetti più cari.
- ◆ Quando cadiamo nella rassegnazione di fronte ai nostri insuccessi.
- ◆ Quando sperimentiamo la nostra debolezza di fronte alla prepotenza.
- ◆ Quando ci assale la paura di fronte al dolore e alla morte.
- ◆ Quando siamo ormai stanchi di aspettare.
- ◆ Quando avvertiamo la minaccia dell'odio e della violenza.
- ◆ Quando non riusciamo più a sperare nel domani.

Lo Spirito Santo

Gesù, come per Israele
la manna era preceduta dalla rugiada,
così l'Eucaristia è anticipata dallo Spirito Santo,
che prepara i nostri cuori a ricevere
degnamente e con frutto la manna di vita eterna.
Donaci il tuo santo Spirito
perché il tuo sacramento
non può essere ricevuto con amore,
senza il contributo di colui
che è l'eterno Amore.
Riversa con abbondanza il tuo Spirito
sui sacerdoti
perché abbiano la grazia di celebrare
e di distribuire santamente l'Eucaristia.
Rendici devoti al tuo Spirito
per compiere ogni atto di fede
con più partecipazione ed efficacia.
Grazie perché lo stesso Spirito
che fecondò la Vergine e generò te,
Gesù fatto uomo,
agisce ancora sull'altare,
trasformando il pane e il vino
nel tuo corpo e nel tuo sangue.
Aiutaci a tenere sempre uniti
lo Spirito santo e l'Eucaristia:
Questa ci dispone
a ricevere quel tuo stesso Spirito
che ci fa idonei a ricevere con frutto
il tuo Pane della vita.

(Elena Guerra)

Grazie

Grazie. Signore, per l'immensa generosità della tua presenza Eucaristica!
Grazie per aver voluto, dopo il tempo tanto breve della tua vita umana accanto a noi, rimanere ancora più vicino a noi per sempre nel Tabernacolo!
Grazie perchè ti metti a nostra disposizione, ti offri al nostro sguardo, ci attendi, ci accogli senza mai respingerci, ci ascolti e ci esaudisci!
Grazie per aver istituito il sacerdozio come prolungamento del tuo, per renderti presente in mezzo agli uomini; e per aver desiderato il rinnovarsi quotidiano del sacrificio della Messa, che ci ridona perennemente la tua presenza!
Grazie per l'umiltà di una presenza tanto nascosta, per questa bontà aperta a tutti; per l'invito di venire così vicino a te, come pregustamento della contemplazione celeste, per questo tempo prezioso di contemplazione e adorazione!
Grazie per tutto il bene, per tutto il conforto e per tutta la gioia che procura agli uomini la tua venuta in mezzo ad essi!
Grazie per aver spinto fino all'estremo il tuo amore, per aver voluto moltiplicare in tutti i luoghi della terra il dono della tua persona!

(P. Andrea Gasparino)

Ripetiamo insieme: Noi ti adoriamo

- ◆ Emmanuele, Dio con noi nel tuo nome ogni ginocchio si piega, Figlio di Davide.
- ◆ Sposo vivente e immortale, adorato dagli angeli e dai santi, Maestro e Redentore.
- ◆ Sole di giustizia, tu porti i peccato del mondo, intercedi come nostro avvocato.
- ◆ Luce del mondo, tu rischiari le nostre tenebre, Sole senza tramonto.
- ◆ Sei presente nella frazione del pane, sei vivo nel sacrificio dell'altare, Agnello immolato.
- ◆ Sei vivo nella Parola fatta carne, hai il primato su tutte le cose, e tutte in te sussistono.
- ◆ Sei vivo ieri, oggi e sempre, sei il capo della Chiesa, sei il principio di tutto.
- ◆ Sei pietra viva, angolare, il primogenito di coloro che risuscitano dai morti.
- ◆ Tu rappacifici con il sangue della tua croce la terra e il cielo, in te è ogni pienezza.

Ripetiamo insieme: Modellaci su Gesù

- ◆ Santa Eucaristia, presenza salvifica del Signore.
- ◆ Santa Eucaristia, dono di Cristo al Padre per l'umanità.
- ◆ Santa Eucaristia, memoriale del sacrificio della croce.
- ◆ Santa Eucaristia, "ora" della croce e della Risurrezione
- ◆ Santa Eucaristia, attualizzazione perenne del mistero pasquale.
- ◆ Santa Eucaristia, mistero approfondito del magistero della Chiesa.
- ◆ Santa Eucaristia, vittima offerta che mai si consumerà.
- ◆ Santa Eucaristia, pane vivo e vivificante.
- ◆ Santa Eucaristia, legame di comunione con la Chiesa del cielo.
- ◆ Santa Eucaristia, sorgente della grazia.
- ◆ Santa Eucaristia, vincolo di comunione sia visibile che invisibile.
- ◆ Santa Eucaristia, dono e programma per la Chiesa.
- ◆ Santa Eucaristia, trasformatrice dell'esistenza del mondo secondo il Vangelo.
- ◆ Santa Eucaristia, forza spirituale per la missione della Chiesa.

(da Ecclesia De Eucaristia)

A te lode e gloria

Gesù, dolce memoria, dà vera gioia al cuore;
la sua dolce presenza supera ogni umana dolcezza.

Non si canta nome più soave, non si ascolta nome più gioioso,
non si medita nome più dolce di quello di Gesù, Figlio di Dio.

Gesù, sei speranza per chi si pente! Sei amore per chi ti cerca!
Sei bontà per chi ti desidera! Che cosa, dunque, per chi ti trova?

Né lingua può dire, né scritto può esprimere;
può crederlo solo chi ha provato che cosa sia amare Gesù.

Gesù, sii nostro gaudio, tu che sarai un giorno premio.
Sii tu la nostra gloria, sempre, per tutti i secoli.

Quando visiti il nostro cuore, allora la verità lo illumina;
l'amore si fa più fervido, si affievolisce la vanità del mondo.

Gesù, dolcezza dei cuori, fonte viva, lume delle menti,
più grande di ogni gioia, più grande di ogni desiderio.

La nostra voce risuoni di te, Gesù, le nostre opere esprimano te,
i nostri cuori ti amino, ora e per sempre.

Chi ti gusta, non è ancor sazio, chi ti beve, ha sete ancora:
nulla, eccetto te, desidera chi trova pace nel tuo amore.

O mio dolcissimo Gesù, speranza dell'anima che sospira;
le pie lacrime e la mente agitata cercano te.

Resta con noi, Signore, illuminaci con la tua luce;
fugate le tenebre della notte, colma la mente di dolcezza.

O Gesù, fiore della Vergine Madre, a te la lode, la gloria del nome,
il regno della beatitudine. Amen. *(S. Bernardo)*

Ti adoro devotamente

Ti adoro devotamente, Dio nascosto,
che sotto questi segni a noi ti celi.
A te tutto il mio cuore si sottomette,
perché nel contemplarti tutto viene meno.

La vista, il tatto, il gusto non ti riconoscono,
solo alla tua parola crediamo fermamente.
Credo tutto ciò che disse il Figlio di Dio.
Niente è più vero di questo Verbo di verità.

Sulla Croce era nascosta la sola divinità;
ma qui anche l'umanità è nascosta;
tuttavia l'una e l'altra credendo e confessando,
chiedo ciò che chiese il ladro pentito.

Come Tommaso non vedo le piaghe,
eppure ti confesso mio Dio.
Fa' che s'accresca sempre più in me la fede in te,
la mia speranza e il mio amore per te.

O memoriale della morte del Signore,
pane vivo che dai la vita all'uomo,
fa' che la mia mente viva di te,
e gusti sempre il tuo dolce sapore.

O pio pellicano, Gesù Signore,
purifica me col tuo Sangue,
di cui una sola stilla può salvare
tutto il mondo da ogni peccato.

Gesù che adesso adoro sotto un velo,
fa' che avvenga presto ciò che desidero:
che nel contemplarti faccia a faccia,
io possa godere della tua gloria. Amen.

(San Tommaso d'Aquino)

Ripetiamo insieme: Resta con noi !

- ◆Cristo, per noi immolato e per noi risorto...
- ◆Cristo, nostra Pasqua quotidiana...
- ◆Cristo, fuoco che brucia le scorie del nostro peccato...
- ◆Cristo, forza per noi che siamo debolezza...
- ◆Cristo, pace per noi che siamo inquietudine e tormento...
- ◆Cristo, speranza per noi che siamo disperazione...
- ◆Cristo, luce per noi impauriti dalle tenebre...
- ◆Cristo, guida sicura nelle nostre incertezze quotidiane...
- ◆Cristo, che ci abiti e ci possiedi...
- ◆Cristo, che ci precedi e metti le ali al nostro cuore...
- ◆Cristo, braccio che ci sostiene perché le forze non vengano meno...
- ◆Cristo, purezza del nostro cuore...
- ◆Cristo, canto e poesia della nostra esistenza...
- ◆Cristo, alleluia continuo del nostro cammino...
- ◆Cristo, festa che rallegra ogni nostra quotidianità...
- ◆Cristo, amore e nostra ragione di vita...
- ◆Cristo, che ci chiami tutti a seguirti nel tuo mistero d'amore...

Signore Gesù Cristo

Signore, Gesù Cristo, Figlio benedetto, Verbo creatore, Verbo redentore,
**Ti benediciamo, ti glorifichiamo,
celebriamo e adoriamo la tua gloria!**

Tu, l'Emanuele, carne di nostra carne,	tienici nel tuo corpo.
Mandato da Dio, ovunque respinto	ascolta la preghiera.
Parola di Dio, profeta senza voce,	sii tu il nostro grido.
Luce di Dio, velata dalla notte,	schiodi i nostri occhi.
Signore della vita, votato alla morte,	salvaci dalla paura.
Tu che hai pieni poteri e rimani il più debole,	sostieni i nostri passi.
Figlio dell'Altissimo, venuto fino a noi,	rivolgici a te.
Nato dal re Davide, di sangue peccatore,	togli i nostri errori.
Santo Agnello di Dio, vincitore del male,	prenditi cura di noi.
Unico salvatore dell'uomo senza scampo	prenditi cura di noi.
Tu, il difensore, vicino al cuore di Dio,	prenditi cura di noi.

Perché tu sei Signore, il Santo, l'Altissimo, l'Amore, il Dio forte
con lo Spirito Santo nella maestà del Padre dei cieli!

**Ti benediciamo, ti glorifichiamo,
celebriamo e adoriamo la tua gloria!**

(D. Rimaud)

Il Servizio

Per gustare il Pane che toglie la fame
bisogna seguire te, Cristo,
facendo ciò che tu hai fatto:
mettersi in ginocchio, mettersi a servire,
piegarsi, curvarsi, perché i fratelli
abbiamo qualcosa da mangiare.
Tu hai accettato di essere lacerato
perché talvolta per colmare la fame
di dignità e di giustizia
bisogna accettare proprio di essere spezzati;
perché talvolta è necessario donare tutto,
anche la vita, pur di prendersi cura
dei cuori e dei corpi affamati.
Tu hai accettato di essere frantumato
perché talvolta,
per offrire il pane della tenerezza di Dio,
bisogna accettare di essere spezzati,
di donarsi totalmente corpo e sangue,
pur di assicurare il pane che nutre
l'amore e la fede dei propri fratelli.
E' il paradosso del tuo Vangelo, Signore!
Servendo il pane si estingue la propria fame!
Perdendo la vita la si guadagna!

Donaci sempre il tuo pane

Padre,
noi ti ringraziamo
per il pane che ci doni ogni giorno.
E' il segno della comunione
tra di noi e con te,
mistero di comunione con il Figlio e lo Spirito.
Donaci sempre il tuo pane.
E' pane di bianca farina,
fatta di tanti chicchi,
schiacciati, macinati,
per essere una cosa sola.
Per tuo dono, Padre,
uniamo la nostra farina
impastata dall'acqua
trasformata dal fuoco
in un solo pane.
E' la nostra vita ricevuta in dono
e donata nuovamente.
Pane di fragrante comunione,
pane per il lungo cammino,
pane per un'unica missione,
pane per la vita del mondo.
Grazie, Padre, per il tuo Pane,
Gesù Cristo Signore.
Pane vivo del cielo
fatto nostro cibo
per essere nell'amore
in eterno.
Amen.

Per il tuo corpo lasciato

Per il tuo corpo, lasciato ai peccatori, **benedetto, Signore Gesù!**
Per il tuo corpo, spezzato come un pane.
Il tuo corpo divino, che fa vivo ogni uomo,
il tuo corpo divino, dove rinasce il giorno.

Per il tuo corpo, gettato in prigione, **benedetto, Signore Gesù**
Per il tuo corpo, condannato a morte.
Il tuo corpo divino, che cresce fra noi,
il tuo corpo divino, che riempie l'universo.

Per il tuo corpo d'innocente umiliato, **benedetto, Signore Gesù**
Per il tuo corpo coronato di spine.
Il tuo corpo divino, dove il povero è re,
il tuo corpo divino, dove l'uomo è Dio.

Per il tuo corpo, disteso sulla croce, **benedetto, Signore Gesù**
Per il tuo corpo, divorato della sete.
Il tuo corpo divino, per la pace del mondo,
il tuo corpo divino, che accoglie lo straniero.

Per il tuo corpo, abbandonato alla terra, **benedetto, Signore Gesù**
Per il tuo corpo prigioniero della tomba.
Il tuo corpo divino, dove l'odio è spezzato,
il tuo corpo divino, dove più forte è l'amore.

(D. Rimaud)

Signore pietà, Cristo pietà

(Anonimo, *Oratio pura*)

Signore pietà, Cristo pietà
Signore pietà, Cristo pietà

Signore pietà, Cristo pietà

Tu che sei misericordia:
Perché ti preghi degnamente
Perché mi conceda d'essere esaudito
Perché mi insegni la tua santa volontà
Perché mi illumini col tuo santo spirito.

noi t'invochiamo

Tu che sei luce :
Perché creda in te
Perché ti ami
Perché spero in te
Perché mi strappi alla morte eterna

a te la lode e la gloria

Tu che sei forza:
Perché mi conceda il pentimento dei peccati commessi
Perché mi conceda il perdono di tutti i peccati
Perché mi liberi da ogni tribolazione e da ogni male
Perché mi liberi da ogni impurità del cuore e del corpo

abbi pietà di me

Tu che sei speranza:
Perché la mia anima viva in te
Perché la mia carne esulti in te
Perché la mia vita progredisca in te

a te la lode e la gloria

Pietà Signore, Dio Padre, mia gloria e mia vita
Pietà Signore Gesù, mio liberatore
Pietà Signore paraclito, mio consolatore e mia luce
Pietà Signore Dio, trinità e unità.

pietà Signore

Nella tua pace

Gesù tu hai detto:

“Se qualcuno mi ama, io e il Padre verremo da lui
e abiteremo in lui” (Gv 14.23)

Giovanni ha riposato sul tuo cuore.

Maria, sorella di Marta, ha riposato ai tuoi piedi.

Aiuta anche me a riposare nella tua pace,
che è compimento dell'attività interiore.

Fammi scoprire che tale bisogno di preghiera

non ha bisogno di parole

perché è un atteggiamento,

una coscienza, una sorgente,

una contemplazione amorosa,

un silenzio di pienezza,

come un bimbo tra le braccia di sua madre

o la sposa in quelle dello sposo.

Immettami nella tua pace, che non è solo

un'integrazione profonda del mio essere,

dei miei istinti e del mio ideale,

ma la tua presenza nella quale io vivo.

Grazie perché tu non sei solo colui

che distrugge i muri che separano gli uomini,

ricchi e miserabili, né solo il salvatore che guarisce.

Tu sei l'amante, lo sposo che colma le reti segrete

del mio cuore, trasportandomi dalle notti della disperazione

alla chiarezza delle nozze divine.

(*Jean Vanier*)

Come i discepoli di Emmaus

«Signore Gesù, grazie
perché ti sei fatto riconoscere nello spezzare il pane.
Ci hai incrociati poche ore fa
su questa stessa strada, stanchi e delusi.
Non ci hai abbandonati a noi stessi e alla nostra disperazione.
Hai camminato con noi, come un amico paziente.
Hai suggellato l'amicizia spezzando con noi il pane,
hai acceso il nostro cuore perché riconoscessimo
in te il Messia, il Salvatore di tutti.
Così facendo, sei entrato in noi.
Mentre ora stiamo ritornando dai nostri fratelli,
e il fiato quasi ci manca per l'ansia di arrivare presto,
il cuore ci batte forte
per un motivo più profondo.
Dovremmo essere tristi perché non sei più con noi.
Eppure ci sentiamo felici.
La nostra gioia e il nostro ritorno frettoloso a Gerusalemme,
esprimono la certezza che tu ormai sei con noi.
Resta con noi sempre, Signore,
e alimenta continuamente
il nostro immenso desiderio di te!

(Carlo Maria Martini)

- ◆ Gesù, servo del Signore
- ◆ Gesù, uomo dei dolori

- ◆ Gesù, solidale con i poveri
- ◆ Gesù, clemente con i peccatori

- ◆ Gesù, bellezza divina
- ◆ Gesù, divina sapienza
- ◆ Gesù, vita senza fine
- ◆ Gesù, speranza sicura

- ◆ Gesù, divino maestro
- ◆ Gesù, sommo sacerdote
- ◆ Gesù, Re della gloria
- ◆ Gesù, Unico Mediatore

- ◆ Gesù, Primo e ultimo
- ◆ Gesù, Signore della storia
- ◆ Gesù, Giudice universale
- ◆ Gesù, Vivente e Veniente

donaci la tua salvezza

A te la lode e la gloria

A te la lode e la gloria

A te la lode e la gloria

(dal Sussidio per la Quaresima 2005 della Cei)

Litanie

- ◆ Gesù, figlio diletto del Padre **A te la lode e la gloria**
- ◆ Gesù, concepito per opera dello Spirito Santo
- ◆ Gesù, figlio della Vergine Maria
- ◆ Gesù, nato per la nostra salvezza

- ◆ Gesù, luce delle genti **A te la lode e la gloria**
- ◆ Gesù, battezzato nel Giordano
- ◆ Gesù, consacrato dallo Spirito
- ◆ Gesù, inviato dal Padre

- ◆ Gesù, maestro di verità **A te la lode e la gloria**
- ◆ Gesù, guaritore degli infermi
- ◆ Gesù, consolazione degli afflitti
- ◆ Gesù, misericordia dei peccatori

- ◆ Gesù, Santo di Dio **donaci la tua salvezza**
- ◆ Gesù, il solo giusto
- ◆ Gesù, figlio obbediente
- ◆ Gesù, volto della misericordia del Padre

- ◆ Gesù, Redentore dell'uomo **donaci la tua salvezza**
- ◆ Gesù, salvatore del mondo
- ◆ Gesù, vincitore della morte
- ◆ Gesù, Principe forte e vittorioso

Fragranza di grazia

Gesù, Pane degli angeli, cibo degli eletti,
nostro pane quotidiano,
più di ogni altro nutriente e fragrante di dolcezza.
Di te, che gli angeli contemplanò.
abbia sempre fame e si nutra l'anima mia.
Il mio cuore abbia sempre sete di te,
o mio Dio, sorgente di vita,
fonte di sapienza e di scienza,
origine d'eterna luce,
inesauribile torrente di delizie,
tesoro della casa di Dio.
Te sempre desideri il mio cuore,
te cerchi, te aneli, te trovi,
a te giunga, te mediti,
di te parli, tutto operi a gloria tua.
con umiltà e discrezione, con amore e piacere.
con spontaneità e costanza.
Tu solo sii sempre la mia speranza,
mia unica gioia e mia pace,
tu mio riposo e mia serenità,
tu mio rifugio e aiuto,
tu mia eredità, mio bene e mio tesoro;
in te sempre siano, fissi, sicuri
e fermamente radicati
il mio cuore e la mia mente.

(*San Bonaventura*)

La comunità

Signore, dove viene celebrata l'Eucaristia,
lì la Chiesa diventa comunione
e lì la comunione della Chiesa riceve
forza, purificazione, capacità di perdono.

Il partecipare alla tua Eucaristia
dispone il cuore alla misericordia,
ammorbidisce e pacifica lo spirito.

Gesù, quando incontriamo gli altri in te
e li vediamo amati da te, come noi,
allora ci pacifichiamo,
diventiamo miti e comprensivi.

Modellaci attraverso ogni Eucaristia,
perché le nostre tensioni quotidiane
si fondino in un evento di pace
misterioso e stupendo.

Aiutaci a vivere l'Eucaristia
non sentendoci anzitutto uniti tra noi,
ma legati soprattutto a te,
e ponendo solo te al centro.

Ricordaci che sei lì,
principio di comunità e ci fai tuo corpo.

Gesù Eucaristia, grazie perché
tu sei il segreto della vita ecclesiale,
colui che opera il miracolo
di essere un cuore solo e un'anima sola.

(Anastasio Ballestrero)

Gesù, fonte di acqua viva,
Gesù, forza che rende immortali,
Gesù, pegno della risurrezione,
Gesù, nostro mediatore presso il Padre.

donaci il tuo Spirito

Accresci in noi la fede.

Ascoltaci, Signore.

Suscita in noi il desiderio di incontrarti.

Confortaci nel dolore e nella prova.

Unisci noi tutti in fraterna carità.

Agnello di Dio, che vieni a salvare l'uomo, **Abbi pietà di noi**
Agnello di Dio, che porti il dolore del mondo,
Agnello di Dio che curi le nostre ferite,
Agnello di Dio, che a tutti spezzi il tuo pane.

{Ufficio Liturgico di Como}

Litanie
Gesù, pane vivo disceso dal cielo

Signore, pietà.

Signore, pietà.

Cristo, pietà.

Cristo, pietà.

Signore, pietà.

Signore, pietà.

Dio Padre, nostro creatore,

abbi pietà di noi

Dio Figlio, nostro redentore

Dio Spirito, nostro santificatore,

Santa Trinità, unico Dio e Signore,

Gesù, pane vivo disceso dal cielo,

nutri la tua Chiesa

Gesù, pane vero che il Padre ci ha dato

Gesù, cibo dei redenti,

Gesù, viatico di chi muore.

Gesù, nuova ed eterna alleanza,

salva chi ti invoca

Gesù, riconciliazione per i vivi e per i morti,

Gesù, Agnello di Dio che ci riscatta.

Gesù, parola incarnata,

abita con noi

Gesù, gioia del nostro cuore,

Gesù, consolazione degli afflitti,

Gesù, ristoro dei malati .

Con te

Signore Gesù,

nell'Eucaristia tu sei il centro di tutta la comunità cristiana,

tu sei il vincolo della carità, perché tu sei l'amore.

Tu, ricco di misericordia e di bontà,

accresci l'amore tra noi,

disperdi ogni avversione,

togli ogni tristezza dell'anima.

Rassicura i cuori ansiosi,

rinvigorisci gli animi avviliti,

spegni l'odio nei cuori,

porta concordia e tranquillità nel mondo intero.

Fai che tutti ci riconosciamo figli del Padre celeste,

per sentirci tutti fratelli,

con te, in te, per te.

Si aprano i nostri occhi per vedere le necessità dei bisognosi.

Si aprano i nostri cuori per amare tutti.

Si aprano le nostre mani per aiutare sempre.

Rendici un cuor solo e un'anima sola.

Ogni peccato sia abbattuto,

ogni rottura sia ricomposta,

ogni rancore sia spento.

Sepolto sia l'orgoglio, distrutta l'invidia, vinta la cattiveria.

Signore Gesù, rendici testimoni del tuo amore.

Il tuo Spirito ci unisca tutti in comunione di fede e di carità.

Con te, Signore, saremo Chiesa presente nel mondo,

tuo discepoli che imparano l'amore da Te.

Spirito santo, vieni

Togli il velo davanti ai nostri occhi,
affinché riconosciamo che Gesù è il Signore:

Dio fatto uomo per amore,
pellegrino nelle nostre strade per amore,
crocifisso e risorto per amore,
per amore nostro.

Spirito Santo, vieni!

Donaci la sete della Parola di Dio,
rendendo il nostro cuore aperto alla Luce,
umile e pronto all'ascolto,
perseverante nella ricerca della Verità
che si nasconde in ogni pagina
delle Divine Scritture.

Spirito Santo, vieni!

Mettici in ginocchio davanti all'Eucaristia
per adorare e desiderare il Pane
diventato Amore Vivente
per farci diventare Amore vivo.

Spirito Santo, vieni!

Rendici capaci di piangere il peccato,
di accogliere gioiosamente il perdono,
di correre tra le braccia di Maria
per imparare l'Ecce mi e il Magnificat.

Spirito Santo, vieni!

Spirito Santo, grazie!

Invocazioni



Preghiera corale di invocazione

Tutti: Pellegrino sulla terra, ogni giorno ti cerco,
ma dove trovarti, Signore?

Solo: Raccogli il tuo sguardo verso il fondo del tuo cuore:
sono lì che ti cerco.

Tutti: Affamato di giustizia, al mattino spero in te,
come placare la mia fame?

Solo: Accogli l'eucaristia e la mia vita condivisa:
il tuo desiderio è la mia speranza.

Tutti: Angosciato dal silenzio, la sera ti invoco,
il mio grido, lo senti salire?

Solo: Impara ad ascoltare, placa la paura:
il mio silenzio ti chiama.

Tutti: Attratto dal Padre, ti attendo la notte,
Gesù, verrai presto

Solo: Io busso alla tua porta e mi pongo in attesa: aprimi,
sono impaziente di essere accolto.

Tutti. Pellegrino sulla terra, ogni giorno ti cerco,
ma tu mi hai trovato, Signore

(Fr. Maurice di Tamié)

Innamorati

Signore, se ci innamorassimo di te,
così come nella vita ci si innamora di una creatura
o di una povera idea,

il mondo cambierebbe.

Accresci la nostra tenerezza per la tua Eucaristia,
verso la quale la disaffezione di tanti cristiani oggi
si manifesta in modo preoccupante.

Siamo diventati aridi,
come ciottoli di un greto disseccati dal sole d'agosto.

Lascia che la nuvola della tua grazia
si inchini dall'alto sulla nostra aridità.

Signore, in te le fatiche si placano,

le nostalgie si dissolvono,

i linguaggi si unificano,

le latitudini diverse si ritrovano,

la vita riacquista sempre il sapore della libertà.

Insegnaci a portare avanti nel mondo

e dentro di noi la tua Risurrezione.

Tu sei presente nel Pane,

ma ti si riconosce nello spezzare il pane..

Aiutaci a riconoscere il tuo Corpo

nei tabernacoli scomodi della miseria e del bisogno,
della sofferenza e della solitudine.

Rendici frammenti eucaristici,

come tante particole che il vento dello Spirito,

soffiando sull'altare,

dissemina lontano, dilatando il tuo "tabernacolo".

(Tonino Bello)

Con letizia

Signore Gesù, nessuna potenza della terra
riesce ad intimidirci sapendo di averti con noi, nell'Eucaristia.
Nessuna nostra infedeltà può deprimerci fino alla disperazione,
se possediamo te, fonte inesauribile
del perdono e della riconciliazione.
Nessuna nostra fiacchezza ci avvilita,
se ricordiamo che vivi tra noi Tu,
che assumi le cose deboli per confondere
le cose che sembrano forti.
Nessuna esperienza di apparente fecondità
del nostro messaggio e della nostra azione,
nessuna creduta impenetrabilità
della società in cui viviamo,
può farci cadere le braccia,
se rimaniamo consapevoli che tu,
Risorto presente nella Chiesa,
continui ad effondere il tuo Spirito.
Fa che la Chiesa, famiglia radunata,
sostenuta dall'Eucaristia,
si faccia anche presenza percepibile,
inquietante, rinnovatrice in ogni angolo dell'universo
e in ogni forma di aggregazione.
Signore, concedi alla Chiesa
di non smarrire la letizia e la speranza,
avendo per sempre nelle sue viscere te,
Salvatore potente.
Grazie perché hai posto la tua tenda tra noi e,
in forza dell'Eucaristia,
ti sei collocato e resti al cuore della vita ecclesiale.

(Giacomo Biffi)

Cristo è tutto per noi

“Chi ha aderito a Cristo non è mai solo,
perché vive con Lui.
Cristo infatti ha sete di noi...
Cristo è tutto per noi...
se vuoi curare una ferita, egli è medico;
se sei riarso dalla febbre, è fontana;
se sei oppresso dall'iniquità, è giustizia;
se hai bisogno d'aiuto, è forza;
se temi la morte, è vita;
se desideri il cielo, è via;
se fuggi le tenebre, è luce;
se cerchi cibo, è alimento”,
“nostro compagno... Egli è buono, anzi la bontà stessa...
Lui è il nostro tesoro, Lui è la nostra via,
Lui è la nostra sapienza, la nostra giustizia,
il nostro pastore e il buon pastore, Lui è la nostra vita”.

(S. Ambrogio)

A Gesù Eucaristia

Ecco il pane degli angeli, pane dei pellegrini,
vero pane dei figli.

Buon pastore, vero pane, o Gesù, pietà di noi:
nutrici e difendici, portaci ai beni eterni
nella terra dei viventi.

Tu che tutto sai e puoi, che ci nutri sulla terra,
conduci i tuoi fratelli alla tavola del cielo
nella gloria dei tuoi santi.

(*S. Tommaso d'Aquino*)

kkk

Sempre l'amore

O Gesù, ti chiedo:

che la fede sia l'Amore che crede;

che la speranza sia l'Amore che attende;

che l'adorazione sia l'Amore che si prostra;

che la preghiera sia l'Amore che incontra;

che la fatica sia l'Amore che lavora;

che la mortificazione sia l'Amore che si immola;

che soltanto il tuo Amore, o Gesù,

diriga i miei pensieri,

le mie parole e le mie opere.

(*Elena Guerra*)

Tu sei

Signore, aiutami a tenere fisso lo sguardo su di te.

Tu sei l'incarnazione dell'amore divino,
l'espressione dell'infinita compassione di Dio.

Tu sei la manifestazione visibile
della santità del Padre.

Tu sei bellezza, bontà, dolcezza,
perdono e misericordia.

In te si può trovare ogni cosa.

Tu hai parole di vita eterna,
sei cibo e bevanda,

sei la Via, la Verità e la Vita.

Tu sei la luce che risplende nelle tenebre,

la lampada sul candeliere,

la casa sulla cima della collina.

Tu sei la perfetta icona di Dio.

In te e attraverso di te posso vedere il Padre celeste,
e con te posso trovare la via verso di lui.

O Santo, Glorioso sii mio Signore,

il mio Salvatore, il mio Redentore, la mia Guida,

il mio Consolatore, il mio Conforto,

la mia Speranza, la mia Gioia e la mia Pace.

A te voglio dare tutto ciò che sono.

Fa che io sia generoso, non avaro né esitante.

Fa che ti dia tutto: tutto ciò che ho,

che penso, che faccio e che sento.

E' tuo, Signore. Accettalo, ti prego

e rendilo pienamente tuo. Amen.

Pregghiera all'Eucaristia

L'unica spiga, Cristo,
ha dato il pane del cielo infinito.
Finirono i cinque pani da lui spezzati,
ma un pane egli spezzò che vinse la creazione:
più lo spezzi, più si moltiplica.
Ricolmò a Cana le giare di vino abbondante:
lo si attinse, lo si bevve e finì
benché fosse moltiplicato.
Ma la bevanda che offrì nel calice,
anche se modesta, fu di potenza senza limiti.
E' un calice che contiene tutti i vini.
Unico è il pane che spezzi senza limite,
unico è il calice in cui meschi il vino senza fine.
Il grano, Cristo, seminato per tre giorni nella terra
ha germinato e ha riempito il granaio della vita.

(S. Efrem Siro)

Signore Gesù,
fammi comprendere
che essere cristiani è credere in Qualcuno,
e che quel Qualcuno sei tu.

Qualcuno che per me conta,
Qualcuno senza di cui non saprei vivere,
Qualcuno che dà pienezza alla mia vita.
Fammi capire che il mio rapporto con te
deve coinvolgere tutta la mia esistenza,
deve afferrare tutto il mio cuore, deve legarmi a te
con un amore grande e sincero,
poiché tu sei al centro
dei miei pensieri,
dei miei progetti,
del mio agire.
Solo in questo modo l'incontrarmi con te
sarà pieno di significato.
Fammi comprendere
che la gioia di un incontro
dipende dal posto
che l'altro occupa nella vita.
Signore,
tu solo mi basti
tu sei la mia vita,
tu sei il mio tutto.
Sii tu sempre
l'ospite d'onore nel mio cuore,
così che i nostri incontri eucaristici
diventino meravigliosi colloqui,
a tu per tu,
tra amici veri.
Così sia, o Signore,
così sia, ora e sempre