



Adorazione Eucaristica 11 marzo 2021

Testi della IV domenica del Tempo di Quaresima B

1L. Questa domenica chiamata Laetare (cioè Rallegrati!) dalla prima parola dell'Introito della Messa, è una delle più celebri dell'anno. In questo giorno la Chiesa sospende le tristezze della Quaresima; i canti della Messa non parlano che di gioia e di consolazione; è consentito sostituire i paramenti violacei coi paramenti rosa e ornare l'altare di fiori. Gli stessi riti li abbiamo visti praticare durante l'Avvento, nella terza domenica chiamata Gaudete. Manifestando oggi la sua allegrezza nella Liturgia, la Chiesa vuole felicitarsi dello zelo dei suoi figli; avendo essi già percorso la metà della santa quaresima, vuole stimolare il loro ardore a proseguire fino alla fine. La Stazione anticamente era, a Roma, nella Basilica di S. Croce in Gerusalemme, una delle sette principali chiese della città eterna. Il nome di Gerusalemme legato a questa domenica ravviva tutte le speranze del cristiano. perché gli ricorda la patria celeste, la vera Gerusalemme dalla quale siamo ancora esiliati. Per questo fin dall'antichità i sovrani Pontefici pensarono di sceglierla per l'odierna Stazione. Fino all'epoca della residenza dei Papi in Avignone veniva benedetta in questo giorno fra le sue mura una rosa d'oro. I graziosi pensieri che ispira questo fiore sono in armonia coi sentimenti che oggi la Chiesa vuole infondere nei suoi figli, ai quali la gioiosa Pasqua presto aprirà una primavera spirituale, della quale la primavera della natura, oramai alle porte, è un segno ed una anticipazione. Diciamo insieme: **Rallegrati, Gerusalemme, e voi tutti che l'amate, riunitevi. Esultate e gioite, voi che eravate nella tristezza: saziatevi dell'abbondanza della vostra consolazione.**

Saluto iniziale (cfr. Efesini 2, 4-10)

G. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito santo. **T. Amen**

G. Fratelli, sorelle, Dio, ricco di misericordia, da morti che eravamo per le colpe, ci ha fatto rivivere:

T. per il grande amore con il quale ci ha amato, per grazia siete salvati.

G. In Cristo ci ha anche risuscitato e ci ha fatto sedere nei cieli

T. per mostrare nei secoli futuri la straordinaria ricchezza della sua grazia

G. Per grazia infatti siamo salvati mediante la fede

T. Siamo infatti opera sua, creati in Cristo Gesù per le opere buone, che Dio ha preparato perché in esse camminassimo. Gloria a Te signore Gesù!

Canto di esposizione: Adoriamo Gesù Cristo

1. Adoriamo Gesù Cristo, Dio nei cieli, Dio con noi. Se tu credi nel suo dono, la tua fame sazierai: è la tavola del Regno, pegno d'immortalità.

2. Qui si nutre la Parola che il Signore rivelò. Se l'accogli con la fede, la tua sete spegnerai: è certezza, nel mistero, che la Pasqua è verità.

3. Nuova Cena, nuovo invito, dono per l'umanità. Se tu entri, sei l'atteso, ai fratelli ti unirai: è il convito della pace, Cristo il pane spezzerà.

4. Vera carne, vero sangue, vincoli di carità. Se ti siedi, sei l'amico, è la festa d'alleanza, Cristo il vino verserà.

5. Corpo dato, Sangue sparso: egli al limite ci amò. Se tu mangi, se tu bevi, la sua sorte sceglierai: è l'offerta della Croce, qui la Chiesa nascerà.

Sacerdote: Ti adoriamo Signore Gesù Cristo qui
e in tutte le chiese che sono nel mondo intero

Tutti: E ti benediciamo perché con la tua santa croce
hai redento il mondo (per tre volte)

Breve intermezzo musicale di meditazione

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 morte, chiamami.
E fa' che io venga a te per lodarti con i tuoi santi nei secoli dei secoli. Amen.**

Il Vangelo della Domenica (Giovanni 3, 14 – 21)

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: «Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna.

Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio.

E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».

2L. In questa quarta domenica del tempo quaresimale ascoltiamo un tratto dell'intenso dialogo tra Gesù e Nicodemo, uomo saggio e autentico cercatore di Dio. È forse questo uno dei passaggi più intensi del Vangelo di Giovanni. Nicodemo dà voce anche alle nostre domande, al nostro desiderio di verità, e offre a Gesù la possibilità di spiegare e approfondire il senso della sua venuta nel mondo. Dio ha tanto amato il mondo da dare il suo Figlio Unigenito. Sono parole bellissime, che dovrebbero bene imprimersi nel cuore di ciascuno di noi. Parole che riempiono la nostra vita di gioia e di speranza: Dio mi ha tanto amato da dare il suo Figlio Unigenito per la mia salvezza. Ma



sono anche parole che dovrebbero trattenerci quando saremmo tentati troppo frettolosamente di giudicare o disprezzare il mondo. Dio non ha mandato il proprio Figlio per condannare, ma per salvare il mondo, spiega ancora Gesù a Nicodemo nel corso del loro dialogo notturno sui misteri del Regno dei Cieli. Anche noi dunque, come discepoli di Gesù, siamo chiamati ad amare il mondo e ad adoperarci per la salvezza di tutti gli esseri umani, seppur senza conformarci - nel nostro modo di pensare e di agire - allo spirito del mondo. Ecco il paradosso dell'esistenza cristiana: siamo nel mondo, ma non dobbiamo essere del mondo. Siamo chiamati a vivere in pienezza la nostra umanità, solidali a tutto il genere umano, ma facendoci anche portatori e interpreti di una novità radicale: una novità che viene dalla luce stessa di Dio. Chi non accoglie questa luce non deve essere condannato. Si condanna da solo, ad una vita senza orizzonti e senza speranza. Proviamo a immaginare per un attimo soltanto cosa sarebbe la nostra vita senza la presenza di Gesù. Quanto poveri e meschini saremmo senza la dolce presenza del nostro salvatore! Come pensare di vivere senza il Santo Evangelo e senza la Santa Eucaristia? Ma Gesù è stato innalzato sulla croce per attirare tutti al suo cuore grande e misericordioso aperto per la nostra salvezza. E in qualunque momento ogni essere umano sa di poter alzare lo sguardo e trovare compassione in Colui che hanno trafitto.

Preghiera personale con sottofondo musicale

Ce la possiamo fare, la notte sta per finire.

L'ora più buia è ormai alle spalle, il giorno avanza veloce.

Sentinella il cuore spera l'aurora,

la veglia consumata apre alla prossima gioia.

Quanta fatica la vita, quante dolorose cadute.

Intorno ancora ferite, troppe per raccontare speranze deluse,

troppe per disegnare percorso franato al passaggio.

**La storia dell'uomo è ancora pesante fardello, le forze mancano
a chi non riesce a immaginare la luce dell'alba.**

Ce la possiamo fare, la voce del Giusto accarezza le piaghe, sollievo di pace sul tempo malato.

Parola di riscatto per chi è pronto alla nuova strada, il passo sicuro della guida avanza oltre le tenebre. Il Figlio nel mondo non viene per condannare, sentieri di luce, vita rinnovata offre ai fratelli. Non avere paura, piccolo gregge, se la Luce ti ha scelto, inciampo non impedirà il passo, né nemico ti sorprenderà alle spalle. Amen!

3L. Dal messaggio di Benedetto XVI per la GMG 2012

La Chiesa ha la vocazione di portare al mondo la gioia, una gioia autentica e duratura, quella che gli angeli hanno annunciato ai pastori di Betlemme nella notte della nascita di Gesù. L'aspirazione alla gioia è impressa nell'intimo dell'essere umano. Al di là delle soddisfazioni immediate e passeggiere, il nostro cuore cerca la gioia profonda, piena e duratura, che possa dare «sapore» all'esistenza. Ogni giorno sono tante le gioie semplici che il Signore ci offre: la gioia di vivere, la gioia di fronte alla bellezza della natura, la gioia di un lavoro ben fatto, la gioia del servizio, la gioia dell'amore sincero e puro. E se guardiamo con attenzione, esistono tanti altri motivi di gioia: i bei momenti della vita familiare, l'amicizia condivisa, la scoperta delle proprie capacità personali e il raggiungimento di buoni risultati, l'apprezzamento da parte degli altri, la possibilità di esprimersi e di sentirsi capiti, la sensazione di essere utili al prossimo. Ogni giorno, però, ci scontriamo anche con tante difficoltà e nel cuore vi sono preoccupazioni per il futuro, al punto che ci possiamo chiedere se la gioia piena e duratura alla quale aspiriamo non sia forse un'illusione e una fuga dalla realtà. In realtà le gioie autentiche, quelle piccole del quotidiano o quelle grandi della vita, trovano tutte origine in Dio, anche se non appare a prima vista, perché Dio è comunione di amore eterno, è gioia infinita che non rimane chiusa in se stessa, ma si espande in quelli che Egli ama e che lo amano. Dio ci ha creati a sua immagine per amore e per riversare su noi questo suo amore, per colmarci della sua presenza e della sua grazia. Dio vuole renderci partecipi della sua gioia, divina ed eterna, facendoci scoprire che il valore e il senso profondo della nostra vita sta nell'essere accettato, accolto e amato da Lui, e non con un'accoglienza fragile come può essere quella umana, ma con un'accoglienza incondizionata come è quella divina: io sono voluto, ho un posto nel mondo e nella storia, sono amato personalmente da Dio. E se Dio mi accetta, mi ama e io ne divento sicuro, so in modo chiaro e certo che è bene che io ci sia, che esista. Questo amore infinito di Dio per ciascuno di noi si manifesta in modo pieno in Gesù Cristo. In Lui si trova la gioia che cerchiamo.

Salmo 136 (a due cori)

1 Lungo i fiumi di Babilonia,
là sedevamo e piangevamo
ricordandoci di Sion.
Ai salici di quella terra
appendemmo le nostre cetre.

*2 Perché là ci chiedevano parole di canto
coloro che ci avevano deportato,
allegre canzoni, i nostri oppressori:
«Cantateci canti di Sion!».*

3 Come cantare i canti del Signore
in terra straniera?
Se mi dimentico di te, Gerusalemme,
si dimentichi di me la mia destra.

*4 Mi si attacchi la lingua al palato
se lascio cadere il tuo ricordo,
se non innalzo Gerusalemme
al di sopra di ogni mia gioia.*

Canto: Come canto d'amore

Con il mio canto, dolce Signore, Voglio danzare questa mia gioia, Voglio destare tutte le cose: Un mondo nuovo voglio cantare.

Con il mio canto, dolce Signore, Voglio riempire lunghi silenzi, Voglio abitare sguardi di pace: Il tuo perdono voglio cantare. **Tu sei per me come un canto d'amore. Resta con noi fino al nuovo mattino.**

Con il mio canto, dolce Signore, Voglio plasmare gesti d'amore, Voglio arrivare oltre la morte: La tua speranza voglio cantare. Con il mio canto, dolce Signore, Voglio gettare semi di luce, Voglio sognare cose mai viste: La tua bellezza voglio cantare. **Tu sei per me..**

Se tu mi ascolti, dolce Signore, Questo mio canto sarà una vita, E sarà bello vivere insieme: Finché la vita... un canto sarà!

Preghiera di intercessione: Donaci la tua gioia, Signore!

1L. La Chiesa viva con intensità la Quaresima e aiuti gli uomini a riscoprirla come tempo di penitenza, di lotta contro il peccato, di tempo favorevole per incontrare Cristo. Noi ti preghiamo.

2L. In questo tempo di pandemia dona, Signore, sollievo e guarigione ai malati, forza e generosità a medici e infermieri, consolazione a chi è nel lutto, saggezza a chi ci governa, prudenza e disponibilità a tutti noi. Preghiamo.

1L. Gli esiliati, coloro che vivono all'estero lontani dalla famiglia, gli stranieri presenti fra noi, i deportati e i prigionieri rivolgano fiduciosi lo sguardo a Cristo e trovino solidarietà nei fratelli. Noi ti preghiamo.

2L. Per tutte le donne. Ti ringraziamo Signore per la loro presenza preziosa come sorelle e madri, nella Chiesa e nelle nostre famiglie. Noi ti preghiamo.

1L. Il cammino quaresimale ci faccia riscoprire il volto misericordioso di Dio che vuole che tutti gli uomini siano salvi e ci aiuti a crescere nella risposta alla nostra chiamata alla santità. Noi ti preghiamo.

2L. Sovvieni alle necessità materiali, morali e spirituali di Radio Oreb e proteggila da ogni pericolo ed avversità. Accogli ed esaudisci anche tutte le domande che salgono a te dagli iscritti e dagli affidati alla Banca della preghiera. Noi ti preghiamo.

Padre Nostro

Preghiera per la Quaresima

O Dio, il profeta Elia ti consacrò un digiuno di quaranta giorni
nel suo pellegrinaggio verso la santa montagna
e digiunò anche interiormente per essere degno
di ascendere fino alle realtà celesti.

Ti preghiamo di concedere al popolo cristiano
la grazia della profezia con la quale superare
gli allettamenti della carne e del sangue.

Facci sobri e misurati in ogni cosa e in ogni avvenimento;

fa' che diveniamo operatori di pace,

fa' che custodiamo il comandamento dell'amore

e, mentre celebriamo questo sacrificio,

mostrati benevolo verso di noi, che con umiltà ti invochiamo.

Poiché tu sei la vera nostra pace e l'amore indistruttibile,

tu che vivi e regni con lo Spirito Santo, nei secoli dei secoli. Amen

Canto: Re dei Re

Hai sollevato i nostri volti dalla polvere
Le nostre colpe hai portato su di te
Signore ti sei fatto uomo in tutto come noi per amore

Figlio dell'Altissimo, povero tra i poveri Vieni a dimorare tra noi

Dio dell'impossibile, Re di tutti i secoli Vieni nella tua maestà

Re dei re i popoli ti acclamano I cieli ti proclamano
Re dei re Luce degli uomini regna con amore tra noi

Ci hai riscattati dalla stretta delle tenebre perche potessimo glorificare te

Hai riversato in noi la vita del tuo Spirito per amore. Figlio dell'Altissimo...

Benedizione Eucaristica

Canto: : Le tue meraviglie

Ora lascia, o Signore, che io vada in pace perché ho visto le tue meraviglie.

Il tuo popolo in festa per le strade correrà a portare le tue meraviglie!

La tua presenza ha riempito d'amore le nostre vite, le nostre giornate in te una sola anima un solo cuore siamo noi
con te la luce risplende splende più chiara che mai.