

Letto: Siamo davanti a te, Signore del tempo, per riscoprire in te il senso del nostro andare.

Tutti: **Muovi le nostre gambe.**

Letto: Siamo davanti a te, Padre di tutti, per accogliere docilmente il tuo amore per noi.

Tutti: **Spalanca gli orizzonti dei nostri desideri.**

Letto: Siamo davanti a te, Maestro buono, per lasciarci orientare dalla tua voce.

Tutti: **Aprici all'ascolto profondo e coraggioso di te.**

(Nel silenzio, ritorna sulla parola di Dio e sottolinea la frase o l'espressione che, in questo momento, sta facendo breccia in te. Ricostruisci nell'immaginazione l'ambiente che la Parola ti presenta, i personaggi e i loro atteggiamenti e poi riascolta come rivolte a te quelle parole.)

RIFLESSIONE PERSONALE E ADORAZIONE SILENZIOSA

5) MEDITAZIONE DEL CELEBRANTE

6) PREGHIERA CONCLUSIVA

(In piedi)

Celebrante:

Fratelli e sorelle, la Parola del Signore ascoltata e meditata diventi preghiera.

Tutti dicono insieme:

Dio di infinta tenerezza, ci affidiamo a te. Non esiste tenerezza che non sgorgi dal tuo cuore amante e non ne sia espressione viva. Tu ci precedi, ci accompagni e ci segui sempre come un padre e una madre. Ti ringraziamo, ti lodiamo, ti benediciamo. La tua tenerezza è il grembo eterno da cui viene la nostra tenerezza, in cui vive e a cui tende. Infondi nei nostri animi la dolcezza del tuo amore perché sappiamo amarci come ci ami tu, con generosità e benevolenza, riconciliandoci e perdonandoci ogni giorno. La tua grazia supera infinitamente le nostre insufficienze o paure. Noi lo crediamo, ma vorremmo crederlo di più, vorremmo fondare su questa certezza la nostra esistenza. Trinità Santa, fa' della nostra «casa» un luogo di grazia e una scuola di tenerezza per tutti coloro che incontriamo. Amen..

Celebrante:

E ora, proclamiamo la preghiera che Cristo ci ha lasciato come il modello di ogni preghiera: **«Padre nostro...»**

7) INNO DEL PANGE LINGUA *(si cantano le ultime due strofe a pag. 44)*

8) ORAZIONE FINALE

Celebrante: Preghiamo.

O Dio, che nel mistero eucaristico ci hai dato il pane vero disceso dal cielo, fa' che viviamo sempre in te con la forza di questo cibo spirituale

e nell'ultimo giorno risorgiamo gloriosi alla vita eterna.

Per Cristo nostro Signore.

Assemblea: Amen.

BENEDIZIONE EUCARISTICA

LODE LITANICA: DIO SIA BENEDETTO *(si recita insieme a pag. 44 del libro dei canti)*

CANTO FINALE

Parrocchia Sacro Cuore di Gesù e Madonna di Loreto - Cosenza ADORAZIONE EUCARISTICA COMUNITARIA PRIMO GIOVEDÌ 3 GEN 2019 "Dio, infinita tenerezza"

«Bontà e tenerezza è il Signore»; «Buono è il Signore verso tutti, la sua tenerezza si diffonde su tutte le creature». Sono solo due delle tante espressioni bibliche che dicono quanto sia immenso e delicato l'amore con cui ciascuno di noi è amato da Dio. Non c'è più legge davanti all'amore, perché l'amore stesso diventa l'unica legge possibile e comprensibile per un cuore che ama. Non esiste più alcuna giustizia a cui appellarsi, né diritti da esigere: l'amore basta a se stesso, perché più forte della stessa morte e l'amore. Ali di aquile, leonesse apprensive e chioce protettive, pecore madri e palmi delle mani, padri che attendono e seminatori che seminano: e questi sono solo alcuni dei nostri modi di riferirci a Dio per descrivere un frammento del suo immenso amore. Vogliamo andare ancora più a fondo di questo mistero. Vogliamo lasciarci invadere da lui e, se il caso, anche farci stravolgere nei progetti, nelle certezze, nelle prospettive di futuro.

Inno del Pange Lingua *(si cantano le prime quattro strofe a pag.44)*

(In piedi)

1) SALUTO E INTRODUZIONE ALLA PREGHIERA

Celebrante: Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

Assemblea: Amen. Gloria e lode a te, Signore Gesù.

Celebrante: Spirito Santo, grido nella nostra debolezza,

Assemblea: Invoca in noi il Padre.

Celebrante: Spirito Santo, effuso nei nostri cuori,

Assemblea: Donaci l'abbondanza della tua vita.

Celebrante: Spirito Santo, difensore dei poveri,

Assemblea: Consacraci nella verità.

Celebrante: Invochiamo lo Spirito Santo:

Tutti dicono insieme:

Spirito Santo, vieni in aiuto alla nostra debolezza; non sappiamo infatti come pregare in modo conveniente, perché nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare, ma tu stesso intercedi con insistenza per noi. (cfr Rm 8,26)

Tutti cantano insieme: Davanti al Re c'inchiniamo insieme per adorarlo con tutto il cuore; verso di lui eleviamo insieme canti di gloria al nostro re dei re. (2 volte)

ADORAZIONE SILENZIOSA

(Seduti)

2) TI ASCOLTO SIGNORE

Ascoltate la parola del Signore dal Vangelo di Giovanni (Gv 10,1-15)

Gesù disse loro: « In verità, in verità io vi dico: chi non entra nel recinto delle pecore dalla porta, ma vi sale da un'altra parte, è un ladro e un brigante. Chi invece entra dalla porta, è pastore delle pecore. Il guardiano gli apre e le pecore ascoltano la sua voce: egli chiama le sue pecore, ciascuna per nome, e le conduce fuori. E quando ha spinto fuori tutte le sue pecore, cammina davanti ad esse, e le pecore lo seguono perché conoscono la sua voce. Un estraneo invece non lo seguiranno, ma fuggiranno via da lui, perché non conoscono la voce degli estranei». Gesù disse loro questa similitudine, ma essi non capirono di che cosa parlava loro. Allora Gesù disse loro di nuovo: «In verità, in verità io vi dico: io sono la porta delle pecore. Tutti coloro che sono venuti prima di me, sono ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati. Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvato; entrerà e uscirà e troverà pascolo. Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza. Io sono il buon pastore. Il buon pastore dà la propria vita per le pecore. Il mercenario - che non è pastore e al quale le pecore non appartengono - vede venire il lupo, abbandona le pecore e fugge, e il lupo le rapisce e le disperde; perché è un mercenario e non gli importa delle pecore. Io sono il buon pastore, conosco le mie pecore e le mie pecore conoscono me, così come il Padre conosce me e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore.

ADORAZIONE SILENZIOSA

RIFLESSIONI PER CONTEMPLARE LA PAROLA DEL SIGNORE

La tenerezza è esperienza stessa della grazia di Dio che ci tocca, sfiorandoci. Tenero è il suo amore quando ci aspetta con serena fiducia, quando crede nei nostri più difficili sì, quando ci porta davanti al baratro e, tendendoci la mano, ci spinge a guardare l'oltre delle nostre stesse possibilità. Tenerezza e bontà sono l'amore di Dio che per noi e per la nostra vita ha dato tutto se stesso, gratuitamente. Bontà e tenerezza sono il suo amore che nella nostra vita vorrebbe trovare spazi liberi per dire se stesso al mondo. La tenerezza è un viaggio che sgorga dal sentirsi amati e dal sentire di amare, e si offre come una gioia lieve che pervade in profondità la persona e la orienta verso l'Infinito. La tenerezza si impara vivendola. È la più nobile «debolezza» del cuore umano, ma suppone il più grande coraggio: affidarsi all'amore e lasciarsi trasformare dall'amore. «Quando l'amore vi chiama», afferma Gibran, «seguitelo anche se ha vie sassose e ripide. E quando vi parla, credete in lui, benché la sua voce possa disperdere i vostri sogni come il vento del nord devasta il giardino. Poiché come vi esalta così vi crocifigge e vi consegna al sacro fuoco perché voi siate il pane santo della mensa di Dio». Solo chi si sente teneramente amato è capace di tenerezza; e solo chi si sente di amare con tenerezza ama teneramente. «Alcuni pensano che la tenerezza sia un sentimento marginale della personalità. Appartiene invece al nostro stesso essere: la sua assenza è il segno di

una natura incompleta. È questa la ragione per cui chi non la possiede cerca almeno di averne dei surrogati». La tenerezza è la nostalgia più profonda inscritta nel nostro cuore: apre all'Assoluto e fa nascere alla nostra più vera umanità, dilatando l'esistenza verso orizzonti immensi e sempre nuovi. « Tenerezza è dire grazie con la vita e ringraziare è umile riconoscimento, dell'essere amati». Essere capaci di tenerezza richiede la fatica del cammino per educarsi a canalizzare le nostre migliori energie, con il coraggio di ricominciare ogni giorno. La tenerezza è un viaggio che ci rende costantemente nuovi, ma esige un altruismo senza calcoli. Solo quando si sperimenta, ci si rende conto della preziosità incomparabile della tenerezza. La tenerezza è il volto visibile di un'interiorità amante: è il suo linguaggio e il suo sorriso. La tenerezza guarda a ogni volto come a un volto unico, irradiazione visibile di Dio; essa non aspetta le grandi occasioni, valorizza le piccole e le trasforma in esperienza di grazia..

3) PREGO CON LA TUA PAROLA Salmo (34)

Rit. Beato l'uomo che cerca il Signore

*Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.*

*Io mi glorio nel Signore,
ascoltino gli umili e si rallegriano.*

*Celebrate con me il Signore,
esaltiamo insieme il suo nome. Rit.*

*Ho cercato il Signore e mi ha risposto
e da ogni timore mi ha liberato.*

*Guardate a lui e sarete raggianti,
non saranno confusi i vostri volti.*

*Questo povero grida e il Signore lo ascolta,
lo libera da tutte le sue angosce. Rit.*

*Gustate e vedete quanto è buono il Signore,
beato l'uomo che in lui si rifugia.*

*Temete il Signore, suoi santi,
nulla manca a coloro che lo temono.*

*I ricchi impoveriscono e hanno fame,
ma chi cerca il Signore non manca di nulla. Rit*

*Preserva la lingua dal male,
le labbra da parole bugiarde.
Sta' lontano dal male e fa' il bene,
cerca la pace e perseguita. Rit.*

*Gli occhi del Signore sui giusti,
i suoi orecchi al loro grido di aiuto.
Gridano e il Signore li ascolta,
li salva da tutte le loro angosce.
Il Signore è vicino a chi ha il cuore ferito,
egli salva gli spiriti affranti. Rit.*

*Molte sono le sventure del giusto,
ma lo libera da tutte il Signore.
Preserva tutte le sue ossa,
neppure uno sarà spezzato.
Il Signore riscatta la vita dei suoi servi,
chi in lui si rifugia non sarà condannato. Rit.*

4) ED ORA CONTEMPLA

Letto: Siamo davanti a te, Gesù Eucaristia, chiamati per ascoltare le tue parole di vita.

Tutti Apri il nostro cuore.

Letto: Siamo davanti a te, amico dei semplici, per incontrarti nella delicatezza della tua presenza discreta.

Tutti: Apri i nostri occhi.