

Adorazione Eucaristica

“Sacro Cuore di Gesù”

Rit. *Custodiscimi, mia forza sei Tu / Custodiscimi, mia gioia,
Gesù.*

La tua bontà, Signore è a tutta prova: non ti stanchi di noi.

Hai un cuore buono, disposto a comprenderci anche quando rispondiamo al tuo amore con la nostra ingratitudine.

Sei un maestro buono perché conosci i nostri limiti, vedi le nostre pene, apprezzi la nostra ricerca, il nostro desiderio di te, malgrado le tante debolezze.

Rit. *Custodiscimi, mia forza sei Tu / Custodiscimi, mia gioia,
Gesù.*

Signore,
com'è diverso il nostro cuore dal tuo!
Il nostro cuore è indurito, il tuo è tenero.
Il nostro cuore è piccolo il tuo smisurato.
Il nostro cuore è egoista il tuo generoso.
Signore, guarisci questo nostro cuore
perché cominci a pulsare secondo la tua volontà,
perché ritrovi l'armonia e il benessere di un tempo.

Rit. *Custodiscimi, mia forza sei Tu / Custodiscimi, mia gioia,
Gesù.*

Signore,
ti apriamo il nostro cuore perché vogliamo che entri
l'aria fresca e buona del tuo Spirito,
il soffio vitale del tuo amore,
per far sparire l'aria di chiuso,
aria di egoismo e di pigrizia ormai ammuffita.
Davanti a te, il nostro cuore sta diventando
un cuore buono.

Rit. *Custodiscimi, mia forza sei Tu / Custodiscimi, mia gioia,
Gesù.*

Dal libro del profeta Osèa(11, 1.3-4.8-9)

Quando Israele era fanciullo, io l'ho amato
e dall'Egitto ho chiamato mio figlio.

A Èfraim io insegnavo a
camminare tenendolo per mano,
ma essi non compresero che avevo cura di



loro.

Io li traevo con legami di bontà, con vincoli
d'amore,
ero per loro come chi solleva un bimbo alla
sua guancia,
mi chinavo su di lui per dargli da mangiare.
Il mio cuore si commuove dentro di me,
il mio intimo fremito di compassione.
Non darò sfogo all'ardore della mia ira,
non tornerò a distruggere Èfraim, perché
sono Dio e non uomo;
sono il Santo in mezzo a te non verrò da te
nella mia ira.

Riflessione

Chi è genitore conosce bene la fatica e tutti gli stratagemmi che bisogna escogitare per convincere un bambino a mangiare un cibo necessario ma a lui sgradito, così pure la pazienza che ci vuole quando s'insegna al proprio figlio a camminare. A ogni caduta bisogna subito ricorrere a un bacio o a una stretta per placare il suo pianto.

Il **profeta Osea** (siamo nell' VIII secolo a.C.) ricorre a queste esperienze di padre e le applica al Signore che è alle prese con un "figlio" capriccioso come Efraim, cioè il popolo di Israele.

Viene descritto un Dio strettamente vicino alla sua creatura da dividerne persino i sentimenti e gli affetti umani.

Il riferimento alla figura paterna aiuta a comprendere qualcosa dell'amore di Dio che però rimane infinitamente più grande, più fedele, più totale di quello di qualsiasi uomo.

Questo modo di manifestarsi di Dio è un primo passo che prepara il mistero dell'Incarnazione che avverrà con Gesù: *“Il Verbo si fece uomo e venne ad abitare in mezzo a noi”*.

Il cristiano che ha conosciuto Gesù non considererà più Dio come un "tiranno" da temere, non avrà più paura di Lui, ma sentirà fiorire nel suo cuore la fiducia in Lui: potrà chiamarlo "papà, babbo".

Rit: Dio pien d'amore e Dio di pietà, di tenerezza e di fedeltà,

Dio che perdoni a chi ti ama / e conserva la tua parola.

La prima verità per un cristiano è quella di credere che Dio ti ama. Quando sperimenti questo amore, anche la tua vita potrà cambiare.

Se non ti senti amato, il Vangelo risulta insopportabile, perché è come se uno pretendesse da te qualcosa che non riesci a dare perché non ne hai le forze.

La devozione al Sacro Cuore di Gesù è credere che sei amato dal Signore, quindi tutto ti è possibile anche vivere secondo il Vangelo.

Quando ti trovi a vivere in una situazione di oscurità, Gesù "non accende la luce" ma ti dice: "Io ci sono, non aver paura!" E allora anche il buio diventa sopportabile e vivibile.

Facciamo nostre le espressioni del **salmo 17**:

*"Ti amo, Signore, mia forza, Signore, mia roccia,
mia fortezza, mio liberatore, mia rupe, in cui mi rifugio;
mio scudo, mia potente salvezza e mio baluardo".*

Rit: Dio pien d'amore e Dio di pietà, di tenerezza e di fedeltà,

Dio che perdoni a chi ti ama / e conserva la tua parola.

Per la preghiera personale:

Di solito quando parliamo di cuore si evidenzia la persona nella sua interiorità: pensieri, sentimenti, progetti ... Conoscere il cuore di un uomo significa non solo conoscere il nome o la

faccia, ma anche i pensieri, gli affetti, i progetti nascosti.

❖ *In questo momento presenta a Dio "il tuo cuore":*

come ti stai relazionando con Lui? Ti senti oggetto del suo amore? Come stai rispondendo al suo amore? Sei contento della tua vita?

❖ **Prova a soffermarti su queste frasi bibliche:**

- *"Laceratevi il cuore e non le vesti, e ritornate al vostro Dio" (Gl. 2,13);*
- *"Questo popolo mi onora con le labbra ma il suo cuore è lontano da me..." (Is. 29,13);*
- *"L'uomo guarda le apparenze, il Signore guarda al cuore" (1Sam. 16,7);*
- *"Dal cuore degli uomini escono le intenzioni cattive: furti, omicidi, adulteri..." (Mc. 7,21);*
- *"Là dov'è il vostro tesoro, là sarà anche il vostro cuore" (Lc. 12,34);*

"L'amore non è un sentimento: è una forza incredibile.

Se il tuo amore per qualcuno è vero, niente ti potrà fermare".

Per la conclusione

Canto: *La mia vita è un desiderio, / solo in Dio si sazierà.
Questa sete in fondo in cuore / solo in Dio si spegnerà.
L'acqua viva che egli dà / sempre fresca sgorgherà.
Il Signore è la mia vita, / il Signore è la mia gioia.*

Canto *Dov'è carità e amore, qui c'è di Dio
Nell'amore di colui che ci ha salvati,
rinnovati dallo Spirito del Padre,
tutti uniti sentiamoci fratelli,
e la gioia diffondiamo sulla terra*