

Adorazione eucaristica

Terza settimana di Avvento



Canto

Tu sai quanta strada ho fatto ormai,
quanto ho cercato in povertà,
sempre mi rispondi: «Il Regno è qui!».
Così la speranza non morirà,
perché già fiorisce l'eternità, /
quando nel cammino tu sei con me.

Dov'è quella terra di novità?
Cerco quella vita che porti tu,
perché tu prometti: «Il Regno è qui!».
Quando tutto sembra oscurità,
sento la parola che dici a me: /
«Non sai? Il Signore è fedeltà».

Preghiera

Siamo davanti a te
con le mani alzate, col cuore aperto,
protesi verso di te, con lo sguardo rivolto a te
come un figlio verso suo Padre.
Siamo figli generati dallo Spirito,
cioè dal tuo amore.

Metti sulle nostre labbra,
ogni volta che ti domandiamo qualcosa,
parole di figli, parole cariche di amore.

Metti nel nostro cuore
la serena certezza
di chi sa di essere sempre accolto,
di essere sempre ascoltato.

Preghiamo il Salmo 123

A te alzo i **miei occhi**,
a te che siedi nei cieli.

Ecco come **gli occhi** dei servi **alla mano** dei loro padroni;
come **gli occhi** di una schiava **alla mano** della sua padrona;
così **i nostri occhi** al Signore nostro Dio,
finché abbia pietà di noi.

Pietà di noi, Signore, pietà di noi,
siamo già troppo sazi di disprezzo,
troppo sazi noi siamo dello scherno dei gaudenti,
del disprezzo dei superbi.

Per la riflessione e la preghiera personale

1. La forza di questo salmo è tutta in quegli occhi e in quelle mani.

Sono gli occhi di un povero, di un servo fedele, arrossati di pianto, che ha bisogno solo di pietà. Sono occhi abituati a guardare più con paura che con fiducia le mani dei padroni per sapere quello che deve fare.

Ma le mani del padrone, questa volta, sono le mani di Dio: mani che creano, che cercano, che sollevano, che incoraggiano.

- *Guarda verso il Signore, presente nel pane consacrato, e condividi con Lui le gioie, le fatiche e ciò che ti preoccupa.*

2. Il salmo 122 è una supplica in cui la voce di un fedele si unisce a quella di tutta la comunità. Viene espressa la speranza che le mani del Signore si aprano per effondere doni di giustizia e di libertà. Il giusto attende che Dio si riveli in tutta la sua tenerezza e bontà, come si legge nell'antica benedizione sacerdotale del libro dei Numeri: «Il Signore faccia brillare il suo volto su di te e ti sia propizio. Il Signore rivolga su di te il suo volto e ti conceda pace». (Nm 6,25-26).

- *In questo momento per chi vorresti supplicare il Signore? Ci sono situazioni particolari che vorresti presentare al Signore?*

3. Nella seconda parte del salmo i fedeli hanno bisogno di un intervento di Dio perché si trovano in una situazione pensosa di disprezzo e di scherno da parte di gente prepotente: «...*troppo sazi noi siamo dello scherno dei gaudenti, del disprezzo dei superbi*».

- *Vogliamo ricordare tutti coloro che ancora oggi subiscono oltraggi e violazione dei diritti a causa della fede cristiana perché non venga meno in loro la fiducia in Dio e la perseveranza.*

4. Preghiamo il Signore anche per noi perché non ci scoraggiamo quando veniamo presi in giro

da colleghi di lavoro, conoscenti, da qualche nostro familiare per la fede che professiamo. Con le parole di sant' Ambrogio ci rivolgiamo a Dio:

*«Cristo è tutto per noi.
Se vuoi curare una ferita, egli è medico;
se sei oppresso dall'iniquità, è giustizia;
se hai bisogno di 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».*

Conclusione

Canto

**Pane di vita sei, Cristo Gesù per noi
e per l'eternità la vita ci darai (2 volte)**

Io ti adoro silenzioso Dio,
che mi hai creato con immenso amore
e inviti l'uomo nella casa tua
alla tua mensa nell'intimità.

Preghiamo

A te leviamo i nostri occhi, o Signore,
che abiti nei cieli: abbi pietà di noi
e rafforza la nostra piccolezza,
perché non ci scoraggiamo di fronte al disprezzo
dei superbi;
aiutaci a scorgere i segni della tua presenza nella
nostra vita quotidiana.
Tu vivi e regni nei secoli dei secoli.

Diciamo: Signore Gesù abbi pietà di noi.

- Tu che condividi le giornate con noi ...
- Tu che prendi parte alle nostre fatiche
- Tu che sollevi i cuori dalla tristezza.
- Tu che sei forza nei momenti difficili.
- Tu che ci doni la tua misericordia.
- Tu che vivi nei secoli eterni.

Canto:

- Laudate omnes gentes, laudate Dominum,
- laudate omnes gentes, laudate dominum