

# Adorazione Eucaristica

## Parlare con il Cuore



### Canto di esposizione:

Se tu, Signore il pane, tu cibo sei per noi.  
Risorto a vita nuova, sei vivo in mezzo a noi  
È Cristo il pane vero, diviso qui fra noi:  
formiamo un solo corpo e Dio sarà con noi  
Verranno i cieli nuovi, la terra fiorirà.  
Vivremo da fratelli: la Chiesa è carità.

“Nel drammatico contesto di conflitto globale che stiamo vivendo è urgente affermare una comunicazione non ostile. Abbiamo bisogno di comunicatori coinvolti nel favorire un disarmo integrale e impegnati a smontare la psicosi bellica che si annida nei nostri cuori”. E’ un passaggio del Messaggio di Papa Francesco per la Giornata Mondiale delle Comunicazioni Sociali 2023 che quest’anno si celebrerà domenica 21 maggio. Il Papa si rivolge in modo particolare agli operatori della comunicazione ma osserva che l’impegno per una comunicazione “dal cuore e dalle braccia aperte” è responsabilità di ciascuno.

Il cuore è infatti ciò che muove all’accoglienza, al dialogo e alla condivisione, innescando una dinamica che il Papa definisce come quella del “comunicare cordialmente”. L’accoglienza dell’altro è ciò che permette, dopo l’ascolto, di “parlare seguendo la verità dell’amore”.

Parlare con il cuore significa lasciar intravedere la partecipazione “alle gioie e alle paure, alle speranze e alle sofferenze delle donne e degli uomini del nostro tempo”. Questo richiamo interpella in modo particolare i cristiani, dalla cui bocca, afferma il Papa: “non dovrebbero mai uscire parole cattive”, ma solo parole capaci di fare del bene agli altri e di scalfire anche i “cuori più induriti”. E’ la “forza gentile dell’amore”, che ha conseguenze sociali:

*Ne facciamo esperienza nella convivenza civica dove la gentilezza non è solo questione di “galateo”, ma un vero e proprio antidoto alla crudeltà, che purtroppo può avvelenare i cuori e intossicare le relazioni.*

### Dalla Lettera agli Efesini

*Vi dico dunque e vi scongiuro nel Signore: non comportatevi più come i pagani nella vanità della loro mente, accecati nei loro pensieri, estranei alla vita di Dio a causa dell'ignoranza che è in loro, e per la durezza del loro cuore. Diventati così insensibili, si sono abbandonati alla dissolutezza, commettendo ogni sorta di impurità con avidità insaziabile.*

*Ma voi non così avete imparato a conoscere Cristo, se proprio*

*gli avete dato ascolto e in lui siete stati istruiti, secondo la verità che è in Gesù, per la quale dovete deporre l'uomo vecchio con la condotta di prima, l'uomo che si corrompe dietro le passioni ingannatrici e dovete rinnovarvi nello spirito della vostra mente e rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella santità vera. Perciò, bando alla menzogna: dite ciascuno la verità al proprio prossimo; perché siamo membra gli uni degli altri. Nell'ira, non peccate; non tramonti il sole sopra la vostra ira, e non date occasione al diavolo. Nessuna parola cattiva esca più dalla vostra bocca; ma piuttosto, parole buone che possano servire per la necessaria edificazione, giovando a quelli che ascoltano. Scompaia da voi ogni asprezza, sdegno, ira, clamore e maldicenza con ogni sorta di malignità. Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo.*

### Canto: Tu Signore mi indichi il cammino

“Parlare con il cuore” si inserisce anche nel processo sinodale che la Chiesa sta vivendo e Papa Francesco osserva che l’ascolto reciproco è il dono più prezioso che possiamo farci. C’è tanto bisogno di un linguaggio “secondo lo stile di Dio, nutrito di vicinanza, compassione e tenerezza”. E descrive il suo sogno:

*Sogno una comunicazione ecclesiale che sappia lasciarsi guidare dallo Spirito Santo, gentile e al contempo profetica. Abbiamo un urgente bisogno nella Chiesa di una comunicazione che accenda i cuori, che sia balsamo sulle ferite e*



*faccia luce sul cammino dei fratelli e delle sorelle. Una comunicazione che metta al centro la relazione con Dio e con il prossimo, specialmente il più bisognoso, e che sappia accendere il fuoco della fede piuttosto che preservare le ceneri di un'identità autoreferenziale.*

### **Dal Vangelo di Luca**

*Ed ecco in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio distante circa sette miglia da Gerusalemme, di nome Emmaus, e conversavano di tutto quello che era accaduto. Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro.*

*Ed egli disse loro: «Sciocchi e tardi di cuore nel credere alla parola dei profeti! Non bisognava che il Cristo sopportasse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». E cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui.*

*Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. Ed essi si dissero l'un l'altro: «Non ci ardeva forse il cuore nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture?». E partirono senz'indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone». Essi poi riferirono ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.*

### **Preghiera**

Signore Gesù, Tu sei il pellegrino  
che oggi si affianca al nostro cammino,  
e anche se non sappiamo riconoscerti parli a noi.  
Tu ci vieni a cercare  
quando l'amarezza avvelena il nostro cuore,  
il dolore rende tutto senza gusto  
e senza desiderio,  
la disillusione spegne la speranza,  
la rassegnazione giustifica la rinuncia.

Signore,

il tuo Vangelo fa ardere di gioia il nostro cuore,  
ricostruisce la comunione tra i fratelli  
apre il passato ad un futuro nuovo.  
Grazie, perché l'Eucarestia è gioia e forza  
e i nostri occhi vedono solo quando  
il pane è spezzato.  
Insegnaci ad essere noi stessi pellegrini che non  
ripetono parole  
povere di amore  
e prive di speranza,  
ma che comunicano la forza della resurrezione  
a chi cammina sulle strade  
a volte così difficili di questo mondo.  
Insegnaci a non avere paura  
di affiancarci noi a loro  
per ascoltarli e parlare di Te,  
perché anche il loro cuore arda di amore.  
Insegnaci a guardare tutto e tutti  
con gli occhi di Gesù  
a credere che il Vangelo cambia la vita e  
risponde al desiderio profondo  
che è nascosto nel cuore di ogni uomo.  
La tua Parola sia lampada del nostro cammino  
mostri a tutti la strada dell'amore e della speranza  
e generi nel mondo vecchio uomini nuovi  
e tempi nuovi.

### **Canto:**

Tu sei voce amica che mi parli a sera,  
del mio giorno sei conforto.  
Ecco, già risuona d'allegrezza eterna  
questo giorno che ammutisce.  
Se con te, come vuoi, cerco la Parola, sono nella pace

### **Intenzioni di Preghiera**

Il Signore Gesù, Parola pura che sgorga dal cuore del Padre, ci aiuti a rendere la nostra comunicazione libera, pulita e cordiale.

### **Gloria a Cristo, Sapienza eterna del Dio vivente**

Il Signore Gesù, Parola che si è fatta carne, ci aiuti a metterci in ascolto del palpito dei cuori, per riscoprirci fratelli e sorelle, e disarmare l'ostilità che divide.

### **Gloria a Cristo, la vita e la forza di tutti i viventi**

Il Signore Gesù, Parola di verità e di amore, ci aiuti a dire la verità nella carità, per sentirci custodi gli uni degli altri.

### **Gloria a Cristo, che dona alla Chiesa lo Spirito Santo**

