



**Canto Iniziale**

**MISTERO DELLA CENA**

Mistero della Cena è il Corpo di Gesù.  
Mistero della Croce è il Sangue di Gesù.  
E questo pane e vino è Cristo in mezzo ai suoi.  
Gesù risorto e vivo sarà sempre con noi.

Mistero della Chiesa è il Corpo di Gesù.  
Mistero della pace è il Sangue di Gesù.  
Il pane che mangiamo fratelli ci farà.  
Intorno a questo altare l'amore crescerà.

**Recitiamo insieme - Assemblea :**

**Salmo 51 – Per il culto in Spirito** (per chiedere perdono a Dio)

Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia; nella tua grande bontà cancella il mio peccato. Lavami da tutte le mie colpe, mondami dal mio peccato. Riconosco la mia colpa, il mio peccato mi sta sempre dinanzi. Contro di Te, contro Te solo ho peccato, quello che è male ai tuoi occhi io l'ho fatto; perciò sei giusto quando parli, retto nel tuo giudizio. Ecco, nella colpa sono stato generato, nel peccato mi ha concepito mia madre. Ma Tu vuoi la sincerità del cuore e nell'intimo m'insegna la sapienza. Purificami con issopo e sarò mondo; lavami e sarò più bianco della neve. Fammi sentire gioia e letizia, esulteranno le ossa che hai spezzato. Distogli lo sguardo dai miei peccati, cancella tutte le mie colpe. Crea in me o Dio un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo. Non respingermi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo Spirito. Rendimi la gioia di essere salvato, sostieni in me un animo generoso. Insegnerò agli erranti le tue vie e i peccatori a Te ritorneranno. Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza, la mia lingua esalterà la tua giustizia. Signore apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode; poiché non gradisci il sacrificio e se offro olocausti non li accetti. Uno spirito contrito è sacrificio a Dio, un cuore affranto e umiliato Dio, Tu non disprezzi. Nel tuo amore fa grazia a Sion, rialza le mura di Gerusalemme. Allora gradirai i sacrifici prescritti, l'olocausto e l'intera oblazione, allora immoleranno vittime sopra il tuo altare.

**Silenzio: 2 minuti...**

**Sacerdote o Laico**

Ora che abbiamo iniziato a riconoscere la nostra pochezza umana e abbiamo riconosciuto di aver peccato, innalziamo la lode a Dio per le sue meraviglie e rendiamoGli grazie e acclamiamo insieme con tutto il cuore....

**Recitiamo insieme - Assemblea : (Salmo 150)**

Alleluia. Lodate il Signore nel suo santuario, lodatelo nel firmamento della sua potenza. Lodatelo per i suoi prodigi, lodatelo per la sua immensa grandezza. Lodatelo con squilli di tromba, lodatelo con arpa e cetra; lodatelo con timpani e danze, lodatelo sulle corde e sui flauti. Lodatelo con cembali sonori, lodatelo con cembali squillanti; ogni vivente dia lode al Signore. Alleluia

**Sacerdote o Laico (leggere con calma)**

Alla base di ogni forma di amore c'è anche la giustizia e Dio ci chiede di essere "adoratori in spirito e verità": vale a dire essere leali verso se stessi e il prossimo. Ci facciamo spesso degli esami di coscienza? Valutiamo se le nostre azioni sono sempre conformi ai 10 Comandamenti? Sono rispettose della libertà dei nostri fratelli o in qualche modo invece blocchiamo o dirigiamo le loro attività verso i nostri interessi? Doniamo sempre gratuitamente o approfittiamo delle occasioni per volere qualcosa in cambio? E nell'amore dobbiamo amare come Gesù ci ha amato anche coloro che ci sono ostili. Ma non saremo in grado di amare i nostri nemici se non amandoli con un Amore che ci viene trasmesso da Dio stesso, che ha donato il suo Figlio per la salvezza degli uomini, il quale si è umiliato, facendosi servo, vittima sacrificale, dono gratuito per noi. L'amore a Dio viene da noi realizzato con la preghiera assidua, con la S. Messa anche infrasettimanale, la confessione almeno mensile. In questo modo inizieremo anche amare i nostri nemici, a volere il loro bene, iniziando a pregare per loro, per la loro conversione. Quanto allo stile dell'amore, assumere quello dell'inno alla carità di S. Paolo: "La carità è paziente, è benigna la carità; non è invidiosa la

carità, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell'ingiustizia, ma si compiace della verità. Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta". 1Cor 1-13).

### **Sacerdote o Laico**

Meditiamo ora quanto è stato appena letto e leggiamo da soli la meditazione qui sotto. Poi stiamo in silenzio in adorazione. Spazziamo via ogni pensiero che non sia per Gesù. Apriamo lo scrigno del nostro cuore, fissiamo lo sguardo a Gesù Eucaristia, amiamoLo con tutto noi stessi e stiamo in ascolto per quanto Egli vuole comunicarci nella sua semplicità, poiché Dio parla ai cuori umili e semplici.

**Silenzio: 15 minuti...**

### **Meditare da soli in silenzio... il seguente Commento:**

“L'amore che tutto sopporta significa che io non supporterò l'altro perché non ne posso fare a meno e quindi sono costretto, ma perché anch'io date le mie manchevolezze e limiti avrò bisogno di essere sopportato, accolto, compreso e amato di quell'amore che è da Dio e che coinvolge Dio e creatura. L'amore poi tutto deve coprire significa che se amo il fratello non devo rivelare niente che lui abbia compiuto e che io magari non accetto, ma che io per dire di amarlo in modo puro devo assolutamente accoglierlo. Poiché se io non mi meraviglierò di nulla di quanto io dovrei dire per questo fratello, crederò quell'amore puro che copre tutti quei disagi che il fratello ha o può avere, ma che ho a mia volta. Se paragono i miei limiti ai suoi, ecco che tutto diviene chiaro, sopportabile e tutto mi suggerisce, è incline a fare in modo di non additare mai alcuno, ma a coprire sempre in maniera benevola quello che fa. Poiché attraverso quell'Amore, che tutto sopporta e tutto copre, che voi sarete rinnovati nell'Amore, quell'amore che Dio ha messo nei vostri cuori, ma che voi con i vostri atteggiamenti umani avete più volte rovinati, disintegrati, resi inaccessibili” (*tratto dal Testò “Pace nei cuori”*).

### **PREGHIERE EVENTUALI DA MEDITARE O RIVOLGERE A DIO CUORE A CUORE CON GESU' DURANTE L'ADORAZIONE .....**

#### **INSEGNAMI AD AMARE**

Gesù mio, Gesù buono, insegnami il sacrificio della Croce! Tu che con il tuo Sacrificio offrivi per noi a Dio Padre le sofferenze per il tuo corpo straziato e agonizzante, fà che l'Amore puro del tuo Cuore s'imprima profondamente nel mio cuore, affinché io possa abbracciare la croce ogni giorno per amor tuo. Sacri Cuori di Gesù e Maria vi amo, salvate le anime.

#### **SANTO CURATO D'ARS**

Ti amo, o mio Dio, e il mio solo desiderio è di amarti fino all'ultimo respiro della mia vita. Ti amo, o Dio infinitamente amabile, e preferisco morire amandoti piuttosto che vivere un solo istante senza amarti. Ti amo, Signore, e l'unica grazia che ti chiedo è di amarti eternamente. Mio Dio, se la mia lingua non può dirti ad ogni istante che ti amo, voglio che il mio cuore te lo ripeta tante volte quante volte respiro. Ti amo, o mio Divino Salvatore, perché sei stato crocifisso per me, e mi tieni quaggiù crocifisso con Te. Mio Dio, fammi la grazia di morire amandoti e sapendo che ti amo. Amen.

#### **DALL'IMITAZIONE DI CRISTO IV 9,2-5**

Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio fatto uomo, splendore del Padre e sua immagine, noi ti riconosciamo presente nel sacramento del pane e del vino e ti adoriamo. I nostri occhi non possono fissare la tua gloria e sostenere lo splendore della tua luce divina; ma in questo sacramento noi ti riconosciamo e ti adoriamo nella fede come gli angeli e i santi ti contemplano e ti lodano in cielo. Anche noi speriamo poterti un giorno incontrare svelatamente quando le ombre dei segni saranno svanite e risplenderà la luce senza tramonto della verità. Ora noi camminiamo nella fede e nell'attesa, e abbiamo come conforto la tua Parola e questo santissimo sacramento del tuo corpo. Di due cose, infatti, abbiamo supremo bisogno in questa vita: di cibo e di luce e tu ci hai lasciato il tuo corpo come nutrimento del nostro spirito e la tua parola come luce per il nostro cammino. Noi ti rendiamo grazie, Signore, per questo duplice dono, per questa duplice mensa, con la quale ci ristori e ci dai vita: la mensa del tuo santissimo corpo e la mensa della tua Parola. Tu hai voluto così manifestare il tuo amore per tutti gli uomini; tu ci hai preparato un grande convito per tutti i popoli, nel quale non più l'agnello simbolico ma il tuo stesso corpo e il tuo sangue ci vengono dati, perché noi gustiamo la gioia della tua mensa e beviamo il calice della salvezza. A te la nostra lode e il nostro amore nei secoli dei secoli.

**Terminati i 15 minuti di Adorazione personale  
ora intoniamo insieme le Litanie della santissima Eucaristia**

**Sacerdote**

.. Santissima Eucaristia	Noi ti adoriamo
.. Dono ineffabile del Padre	Noi ti adoriamo
.. Segno dell'amore supremo del Figlio	Noi ti adoriamo
.. Prodigio di carità dello Spirito Santo	Noi ti adoriamo
.. Frutto benedetto della Vergine Maria	Noi ti adoriamo
.. Sacramento dei Corpo e dei Sangue di Cristo	Noi ti adoriamo
.. Sacramento che perpetua il sacrificio della Croce	Noi ti adoriamo
.. Sacramento della nuova ed eterna alleanza	Noi ti adoriamo
.. Memoriale della morte e risurrezione dei Signore	Noi ti adoriamo
.. Memoriale della nostra salvezza	Noi ti adoriamo
.. Sacrificio di lode e di ringraziamento	Noi ti adoriamo
.. Dimora di Dio con gli uomini	Noi ti adoriamo
.. Banchetto delle Nozze dell'Agnello	Noi ti adoriamo
.. Pane vivo disceso dal Cielo	Noi ti adoriamo
.. Manna nascosta piena di dolcezza	Noi ti adoriamo
.. Vero Agnello pasquale	Noi ti adoriamo
.. Mistero della Fede	Noi ti adoriamo
.. Sostegno della speranza	Noi ti adoriamo
.. Vincolo della carità	Noi ti adoriamo
.. Segno di unità e di pace	Noi ti adoriamo
.. Sorgente di gioia purissima	Noi ti adoriamo

**Assemblea**

**Silenzio: 15 o 30 minuti...**

**Al termine.....Recitiamo insieme**

Dio sia benedetto. Benedetto il suo Santo Nome. Benedetto Gesù Cristo vero Dio e vero Uomo. Benedetto il Nome di Gesù. Benedetto il suo Sacratissimo Cuore. Benedetto il suo Preziosissimo Sangue. Benedetto Gesù nel Santissimo Sacramento dell'altare. Benedetto lo Spirito Santo Paraclito. Benedetta la gran Madre di Dio Maria Santissima. Benedetta la sua Santa e Immacolata Concezione. Benedetta la sua gloriosa Assunzione. Benedetto il Nome di Maria Vergine e Madre. Benedetto San Giuseppe, suo castissimo sposo. Benedetto Dio nei suoi Angeli e nei suoi Santi.

**Benedizione da Parte del Sacerdote o invocazione a Maria Ss.ma (Rimirateci Maria con quegli occhi di pietà)**

**Canto Finale:**

**COM'E' BELLO**

*Com'è bello, Signore, stare insieme ed amarci come ami Tu: qui c'è Dio, alleluia!*

1 - La carità è paziente, la carità è benigna,  
comprende, non si adira e non dispera mai.

2 - La carità perdona, la carità si adatta,  
si dona senza sosta, con gioia e umiltà.

3 - La carità è la legge, la carità è la vita,  
abbraccia tutto il mondo e in ciel si compirà.

4 - Il Pane che mangiamo, il Corpo del Signore,  
di carità è sorgente e centro di unità.

*by Giosuè*