

L'ORA DI ADORAZIONE

di **Silvia Paradiso**

Il Cuore di Cristo, nostra pace



Canto: Davanti al Re (Rns)

Davanti al Re,
ci inchiniamo insieme
per adorarlo
con tutto il cuore.

Verso di Lui
eleviamo insieme
canti di gloria
al nostro Re dei Re.

Guida: Adorare non è guardare l'Eucaristia, ma lasciarsi guardare dall'Eucaristia. L'Eucaristia è Dio che mi guarda attraverso il volto del suo diletto Figlio, Gesù; è Dio che mi guarda con i suoi occhi, è Dio che mi ama attraverso il suo Cuore trafitto, è Dio che mi viene incontro e mi abbraccia con le sue mani crocifisse. È Dio per me. L'Eucaristia è Dio nella sua

fedeltà, nella sua presenza, nella sua misericordia, nel suo perdono. Di fronte a questa presenza che è Amore, sostiamo, contemplando il Suo Cuore di Risorto che ci dona la pace.

Dal Vangelo secondo Giovanni
(Gv 20,19-23)

La sera di quello stesso giorno, il primo dopo il sabato, mentre erano chiuse le porte del luogo dove si trovavano i discepoli per timore dei Giudei, venne Gesù, si fermò in mezzo a loro e disse: “Pace a voi!”. Detto questo, mostrò loro le mani e il costato. E i discepoli gioirono al vedere il Signore. Gesù disse loro di nuovo: “Pace a voi! Come il Padre ha mandato me, anch’io mando voi”. Dopo aver detto questo, alitò su di loro e disse: “Ricevete lo Spirito Santo; a chi rimetterete i peccati saranno rimessi e a chi non li rimetterete, resteranno non rimessi”

Ritornello cantato dopo ogni versetto:

Canone di Taizé: *Dona la pace Signore a chi confida in te. Dona la pace, Signore, dona la pace!* (2v)

– Vi lascio la pace, vi do la mia pace. Non come la dà il mondo, io la do a voi. Non sia turbato il vostro cuore e non abbia timore (Gv 14,27)

– Il suo animo è saldo; tu gli assicurerai la pace, pace perché in te ha fiducia (Is 26,3)

– Vi ho detto queste cose perché abbiate pace in me. Voi avrete tribolazione nel

mondo, ma abbiate fiducia; io ho vinto il mondo! (Gv 16,33)

– La pace di Dio, che sorpassa ogni intelligenza, custodirà i vostri cuori e i vostri pensieri in Cristo Gesù (Fil 4,7)

– La pace di Cristo regni nei vostri cuori, perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo. E siate riconoscenti! (Col 3,15)

– State lieti, tendete alla perfezione, fatevi coraggio a vicenda, abbiate gli stessi sentimenti, vivete in pace e il Dio dell’amore e della pace sarà con voi (2Cor 13,11)

– Egli è la nostra pace, colui che di due ha fatto una cosa sola, abbattendo il muro di separazione che li divideva, cioè l’inimicizia, per mezzo della sua carne. (Ef 2,13)

Rifletto: Nell’abbandono la pace

(tratto da J. Philippe, *La pace del cuore*)

La misura della nostra pace interiore sarà quella del nostro abbandono, dunque anche quella del nostro essere distaccati. Colui che accetta di rimettere tutto nelle mani di Dio, di permettergli di prendere e donare secondo la sua volontà, trova una pace e una libertà interiore inespugnabili. «Ah, se sapessimo cosa si guadagna a rinunciare a se stessi in tutte le cose!», dice santa Teresa di Gesù Bambino. È la via della felicità, poiché se lo lasciamo agire a modo suo, Dio sarà capace di renderci infinitamente più felici, perché ci conosce e ci ama molto più di quanto noi stessi ci conosciamo e amiamo. San Giovanni della Croce esprime questa stessa verità in altri

termini: «Tutti i beni mi sono stati donati a partire dal momento in cui non li ho più cercati». Se ci stacciamo da ogni cosa rimettendola nelle mani del Signore, egli ci renderà molto di più: «Il centuplo in questa vita» (Mc 10,30). Che fare quando non riusciamo ad abbandonarci? Abbiamo posto questa domanda a Marthe Robin. Ci ha detto: «Abbandonarsi ugualmente!». È la risposta di una santa. Non mi permetto di proporne un'altra. Questa si ricollega alla parola della piccola Teresa di Gesù Bambino: «L'abbandono totale, ecco la mia sola legge!»

Silenzio

Canone di Taizè: *Dona la pace, Signore, a chi confida in te. Dona la pace, Signore, dona la pace! (2v)*

G: Concludiamo la nostra adorazione con un atto di pieno abbandono e di consegna di noi stessi al Cuore del Signore Gesù, certi che solo nell'abbandono confidente sta la vera forza e la vera pace.

«Dio eterno, amore infinito! Padre mio! Hai chiesto tutto alla tua piccola figlia. Prendi dunque e ricevi tutto. Mio Dio,

prendi la mia memoria e tutti i suoi ricordi, prendi il mio cuore e tutti i suoi affetti. Prendi la mia intelligenza e tutte le sue facoltà. Prendi tutta la mia volontà. L'annientamento per sempre nella tua. Prendimi. Ricevimi. Dirigimi. Guidami! A Te mi do e mi abbandono! Mi do a te come una piccola ostia d'amore, di lode e d'azione di grazie, per la gloria del tuo santo nome, per la gioia del tuo amore, il trionfo del tuo Sacro Cuore, e per il perfetto compimento di tutti i tuoi disegni in me e attorno a me. Amen».

(M. Robin, *Atto di abbandono*)

Canto finale: Gesù è la pace (Rns)

Gesù è la pace che scioglie ogni timor, egli è la pace, la nostra pace.

Gesù è la pace che libera il tuo cuor, egli è la pace, la nostra pace.

**Getta in lui ogni affanno,
perché egli avrà cura di te,
egli è la pace, la nostra pace.**

**Dona a Gesù il tuo cuore e lo risanerà,
egli è la Pace, la nostra Pace.**

