

L'ORA DI ADORAZIONE

di Silvia Paradiso

Eucaristia,
“centro e culmine” della vita cristiana



G: “La Chiesa vive dell’Eucaristia fin dalle sue origini. In essa trova la ragione della sua esistenza, la fonte inesauribile della sua santità, la forza dell’unità e il vincolo della comunione, l’impulso della sua vitalità evangelica, il principio della sua azione di evangeliz-

zazione, la sorgente della carità e lo slancio della promozione umana, l’anticipo della sua gloria nel banchetto eterno delle Nozze dell’Agnello” (*Sinodo dei Vescovi 2005*). Preghiamo secondo l’intenzione del Papa, perché i cattolici mettano al centro della vita la celebrazione dell’Eu-

caristia, che trasforma in profondità le relazioni umane e apre all'incontro con Dio e con i fratelli.

Canto per l'esposizione eucaristica: 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.

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

L'EUCARISTIA CI FA CHIESA

«Non disertiamo le nostre assemblee»
(Eb 10,25)

«Radunarsi in assemblea per la "cena del Signore" è l'atto sacramentale che genera la Chiesa come nuovo popolo di Dio che radunato intorno al Cristo diventa suo corpo. La Chiesa, dunque, si riunisce per fare l'Eucaristia affinché l'Eucaristia possa fare la Chiesa. Formare l'assemblea è l'atto liturgico primario e inizia quando i partecipanti si muovono dalle loro case verso la chiesa». (Mons. M. Busca, *Congresso eucaristico nazionale 2022*)

Rit cantato: *Io in Te e Tu in me che*

tutti siano uno. Come Dio, uno e tre, che tutti siano uno. La Trinità nell'umanità, che tutti siano uno. Perfetta unità nella Divina Volontà.

L1: Rendici uno nel Tuo Corpo e nel Tuo Sangue, Signore. Rit.

L2: Signore, fa' che riscopriamo il senso e il valore della celebrazione eucaristica. Rit.

L3: Signore, fa' che l'Eucaristia sia veramente il centro della nostra vita e delle nostre relazioni. Rit.

L4: Trasforma la nostra vita in una liturgia di lode a Te. Rit

L'EUCARISTIA CI UNISCE A CRISTO E CI TRASFORMA IN LUI

Dal Vangelo secondo Giovanni
(6, 53-56)

Gesù disse: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me.

«Nutrirsi dell'Eucaristia significa lasciarsi mutare in quanto riceviamo. Ci aiuta sant'Agostino a comprenderlo, quando racconta della luce ricevuta nel

sentirsi dire da Cristo: “Io sono il cibo dei grandi. Cresci, e mi mangerai. E non sarai tu a trasformarmi in te, come il cibo della tua carne; ma tu verrai trasformato in me” (*Confessioni* VII, 10, 16). Ogni volta che noi facciamo la comunione, assomigliamo di più a Gesù, ci trasformiamo di più in Gesù. Come il pane e il vino sono convertiti nel Corpo e Sangue del Signore, così quanti li ricevono con fede sono trasformati in Eucaristia vivente. Al sacerdote che, distribuendo l’Eucaristia, ti dice: “Il Corpo di Cristo”, tu rispondi: “Amen”, ossia riconosci la grazia e l’impegno che comporta diventare Corpo di Cristo. Perché quando tu ricevi l’Eucaristia diventi corpo di Cristo. È bello, questo; è molto bello. Mentre ci unisce a Cristo, strappandoci dai nostri egoismi, la Comunione ci apre ed unisce a tutti coloro che sono una sola cosa in Lui. Ecco il prodigio della Comunione: diventiamo ciò che riceviamo!» (Papa Francesco, *Udienza Generale*, 21 marzo 2018)

L’EUCARISTIA CI UNISCE AI FRATELLI

Dalla prima lettera ai Corinzi
(10, 16-17)

Il calice della benedizione che noi benediciamo, non è forse comunione con il sangue di Cristo? E il pane che noi spezziamo, non è forse comunione con il corpo di Cristo? Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo: tutti infatti partecipiamo all’unico pane.

«L’Eucaristia ci chiama all’amore dei fratelli. Questo Pane è per eccellenza il Sacramento dell’amore. È Cristo che si offre e si spezza per noi e ci chiede di fare altrettanto, perché la nostra vita sia frumento macinato e diventi pane che sfama i fratelli. Fratelli e sorelle, sogniamo. Sogniamo una Chiesa così: una Chiesa *eucaristica*. Fatta di donne e uomini che si spezzano come pane per tutti coloro che masticano la solitudine e la povertà, per coloro che sono affamati di tenerezza e di compassione, per coloro la cui vita si sta sbriciolando perché è venuto a mancare il lievito buono della speranza. Una Chiesa che si inginocchia davanti all’Eucaristia e adora con stupore il Signore presente nel pane; ma che sa anche piegarsi con compassione e tenerezza dinanzi alle ferite di chi soffre, sollevando i poveri, asciugando le lacrime di chi soffre, facendosi pane di speranza e di gioia per tutti.

Perché non c’è un vero culto eucaristico senza compassione per i tanti “Lazzaro” che anche oggi ci camminano accanto. Tanti! vorrei dirvi: ritorniamo a Gesù, ritorniamo all’Eucaristia. Torniamo al gusto del pane, perché mentre siamo affamati di amore e di speranza, o siamo spezzati dai travagli e dalle sofferenze della vita, Gesù si fa cibo che ci sfama e ci guarisce. Torniamo al gusto del pane, perché mentre nel mondo continuano a consumarsi ingiustizie e discriminazioni verso i poveri, Gesù ci dona il Pane della condivisione e ci manda ogni giorno come apostoli di

fraternità, apostoli di giustizia, apostoli di pace. Torniamo al gusto del pane per essere Chiesa eucaristica, che mette Gesù al centro e si fa pane di tenerezza, pane di misericordia per tutti. Torniamo al gusto del pane per ricordare che, mentre questa nostra esistenza terrena va consumandosi, l'Eucaristia ci anticipa la promessa della risurrezione e ci guida verso la vita nuova che vince la morte». (Papa Francesco, *Omelia a Matera, 25 settembre 2022*)

Canto finale: Tantum ergo

Tantum ergo sacramentum
veneremus cernui

et antiquum documentum
novo cedat ritui.
Praestet fides supplementum
sensuum defectui.
Genitori genitoque
laus et jubilatio
salus, honor, virtus quoque
sit et benedictio.
Procedenti ab utroque
compar sit laudatio.
Amen.

