

# Davanti a Gesù, mia unica speranza!

## ADORAZIONE COMUNITARIA DEL GIOVEDÌ SANTO

### CANTO DI LODE

#### INTRODUZIONE ALLA CONTEMPLAZIONE CON LE PAROLE DI PAPA FRANCESCO

S. *La speranza non delude...* Ne abbiamo tanto bisogno, in questi tempi che appaiono oscuri, in cui a volte ci sentiamo smarriti davanti al male e alla violenza che ci circondano, davanti al dolore di tanti nostri fratelli. Ci vuole la speranza! Ci sentiamo smarriti e anche un po' scoraggiati, perché ci troviamo impotenti e ci sembra che questo buio non debba mai finire. Ma non bisogna lasciare che la speranza ci abbandoni, perché Dio con il suo amore cammina con noi. *"Io spero, perché Dio è accanto a me"*: questo possiamo dirlo tutti noi. Ognuno di noi può dire: *"Io spero, ho speranza, perché Dio cammina con me"*. Cammina e mi porta per mano. Dio non ci lascia soli. Il Signore Gesù ha vinto il male e ci ha aperto la strada della vita. La vita è spesso un deserto, è difficile camminare dentro la vita, ma se ci affidiamo a Dio può diventare bella e larga come un'autostrada. Basta non perdere mai la speranza, basta continuare a credere, sempre, nonostante tutto. Quando noi ci troviamo davanti ad un bambino, forse possiamo avere tanti problemi e tante difficoltà, ma ci viene da dentro il sorriso, perché ci troviamo davanti alla speranza: un bambino è una speranza! E così dobbiamo saper vedere nella vita il cammino della speranza che ci porta a trovare Dio...

*Udienza del 7 dicembre 2016*

*Momento di silenzio*



## 1° MOMENTO

### LA FORZA DELLO SPIRITO CI RIEMPIE DI SPERANZA

**S.** Senza lo Spirito Santo non si può avere speranza. Ecco allora perché l’Apostolo Paolo ci invita a invocarlo continuamente. Se non è facile credere, tanto meno lo è sperare. È più difficile sperare che credere... Ma quando lo Spirito Santo abita nei nostri cuori, è Lui a farci capire che non dobbiamo temere, che il Signore è vicino e si prende cura di noi; ed è Lui a modellare le nostre comunità, in una perenne Pentecoste, come segni vivi di speranza per la famiglia umana (*Udienza di papa Francesco - 8 febbraio 2017*). Davanti a questo altare invociamo con forza il dono dello Spirito perché scenda in abbondanza su ciascuno di noi e su tutta la Chiesa e ispiri la nostra preghiera!

### CANTO DI INVOCAZIONE ALLO SPIRITO E PREGHIERA CORALE

Vieni, o Spirito creatore,  
visita le nostre menti,  
riempi della tua grazia  
i cuori che hai creato.

O dolce consolatore,  
dono del Padre altissimo,  
acqua viva, fuoco, amore,  
santo crisma dell’anima.

Dito della mano di Dio,  
promesso dal Salvatore,  
irradia i tuoi sette doni,  
suscita in noi la parola.

Sii luce all’intelletto,  
fiamma ardente nel cuore;  
sana le nostre ferite  
col balsamo del tuo amore.

Difendici dal nemico,  
reca in dono la pace,  
la tua guida invincibile  
ci preservi dal male.

Luce d’eterna sapienza,  
svelaci il grande mistero  
di Dio Padre e del Figlio  
uniti in un solo Amore. Amen!

**S. Preghiamo...** Donaci, o Padre, di non aver nulla di più caro del tuo Figlio, che rivela al mondo il mistero del tuo amore e la vera dignità dell’uomo; colmaci del tuo Spirito, perché lo annunziamo ai fratelli con la fede e con le opere. Per Cristo nostro Signore. Amen!

## 2° MOMENTO CAMMINARE NELLA SPERANZA



### **L1. Ascoltiamo la Parola di Dio**

*dal libro dell'Esodo* (Es 3,1-8a.9-10)

Mentre Mosè stava pascolando il gregge di Ietro, suo suocero, sacerdote di Madian, condusse il bestiame oltre il deserto e arrivò al monte di Dio, l'Oreb. L'angelo del Signore gli apparve in una fiamma di fuoco dal mezzo di un roveto. Egli guardò ed ecco: il roveto ardeva per il fuoco, ma quel roveto non si consumava. Mosè pensò: «Voglio avvicinarmi a osservare questo grande spettacolo: perché il roveto non brucia?». Il Signore vide che si era avvicinato per guardare; Dio gridò a lui dal roveto: «Mosè, Mosè!». Rispose: «Eccomi!». Riprese: «Non avvicinarti oltre! Togliti i sandali dai piedi, perché il luogo sul quale tu stai è suolo santo!». E disse: «Io sono il Dio di tuo padre, il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe». Mosè allora si coprì il volto, perché aveva paura di guardare verso Dio. Il Signore disse: «Ho osservato la miseria del mio popolo in Egitto e ho udito il suo grido a causa dei suoi sovrintendenti: conosco le sue sofferenze. Sono sceso per liberarlo dal potere dell'Egitto e per farlo salire da questa terra verso una terra bella e spaziosa, verso una terra dove scorrono latte e miele. Ecco, il grido degli Israeliti è arrivato fino a me e io stesso ho visto come gli Egiziani li opprimono. Perciò va'! Io ti mando dal faraone. Fa' uscire dall'Egitto il mio popolo, gli Israeliti!».

### **L2. Dalle parole di papa Francesco** *Udienza del 1° marzo 2017*

Un cammino di speranza ... per comprendere meglio che cosa questo significhi, dobbiamo riferirci all'esperienza fondamentale dell'esodo degli Israeliti dall'Egitto, raccontata dalla Bibbia nel libro che porta questo nome: *Esodo*. Il punto di partenza è la condizione di schiavitù in Egitto, l'oppressione, i lavori forzati. Ma il Signore non ha dimenticato il suo popolo e la sua promessa: chiama Mosè e, con braccio potente, fa uscire gli israeliti dall'Egitto e li guida attraverso il deserto verso la Terra della

libertà. Durante questo cammino dalla schiavitù alla libertà, il Signore dà agli Israeliti la legge, per educarli ad amare Lui, unico Signore, e ad amarsi tra loro come fratelli. La Scrittura mostra che l'esodo è lungo e travagliato: simbolicamente dura 40 anni, cioè il tempo di vita di una generazione. Una generazione che, di fronte alle prove del cammino, è sempre tentata di rimpiangere l'Egitto e di tornare indietro. Anche tutti noi conosciamo la tentazione di tornare indietro, tutti. Ma il Signore rimane fedele e quella povera gente, guidata da Mosè, arriva alla Terra promessa. Tutto questo cammino è compiuto *nella speranza*: la speranza di raggiungere la Terra, e proprio in questo senso è un "esodo", un'uscita dalla schiavitù alla libertà. E questi 40 giorni sono anche per tutti noi un'uscita dalla schiavitù, dal peccato, alla libertà, all'incontro con il Cristo Risorto. Ogni passo, ogni fatica, ogni prova, ogni caduta e ogni ripresa, tutto ha senso solo all'interno del disegno di salvezza di Dio, che vuole per il suo popolo la vita e non la morte, la gioia e non il dolore.

*Momento di silenzio*

**CANTO DI ADORAZIONE  
E PREGHIERA CON IL SALMO 138**

*Questa notte non è più notte davanti a Te:  
il buio come luce risplende.*

**L3.** Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
tu sai quando seggo e quando mi alzo.  
Penetri da lontano i miei pensieri,  
mi scruti quando cammino e quando riposo.  
Ti sono note tutte le mie vie;  
la mia parola non è ancora sulla lingua  
e tu, Signore, già la conosci tutta. *Rit.*

**L4.** Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.  
Stupenda per me la tua saggezza,  
troppo alta, e io non la comprendo.  
Dove andare lontano dal tuo spirito,  
dove fuggire dalla tua presenza?  
Se salgo in cielo, là tu sei,  
se scendo negli inferi, eccoti. *Rit.*



**L5.** Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,  
anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra.  
Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra  
e intorno a me sia la notte»;  
nemmeno le tenebre per te sono oscure,  
e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce. *Rit.*

**L6.** Sei tu che hai creato le mie viscere  
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.  
Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;  
sono stupende le tue opere, tu mi conosci fino in fondo.  
Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore,  
provami e conosci i miei pensieri:  
vedi se percorro una via di menzogna  
e guidami sulla via della vita. *Rit.*

**S. Preghiamo...** Padre di infinita misericordia, la forza redentrice dei tuoi sacramenti ci liberi da ogni male, e ci avvii all'incontro con te come discepoli del Cristo. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. Amen!

### 3° MOMENTO

#### GUARDANDO A CRISTO, NOSTRA SPERANZA

#### **L7. Ascoltiamo la Parola di Dio**

*dalla lettera di San Paolo apostolo ai Filippesi (2,6-11)*

Cristo Gesù, pur essendo nella condizione di Dio, non ritenne un privilegio l'essere come Dio, ma svuotò se stesso assumendo una condizione di servo, diventando simile agli uomini. Dall'aspetto riconosciuto come uomo, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce. Per questo Dio lo esaltò e gli donò il nome che è al di sopra di ogni nome, perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra, e ogni lingua proclami: «Gesù Cristo è Signore»!, a gloria di Dio Padre.

**L8. Dalle parole di papa Francesco** *Udienza del 1° marzo 2017*

La *Pasqua di Gesù* è il suo esodo, con il quale Egli ci ha aperto la via per giungere alla vita piena, eterna e beata. Per aprire questa via, questo passaggio, Gesù ha dovuto spogliarsi della sua gloria, umiliarsi, farsi obbediente fino alla morte e alla morte di croce. Aprirci la strada alla vita eterna gli è costato tutto il suo sangue, e grazie a Lui noi siamo salvati dalla schiavitù del peccato. Ma questo non vuol dire che Lui ha fatto tutto e noi non dobbiamo fare nulla, che Lui è passato attraverso la croce e noi *“andiamo in paradiso in carrozza”*. Non è così. La nostra salvezza è certamente dono suo, ma, poiché è una storia d’amore, richiede il nostro *“sì”* e la nostra partecipazione al suo amore, come ci dimostra la nostra Madre Maria e dopo di lei tutti i santi.... Cristo ci precede con il suo esodo, e noi attraversiamo il deserto grazie a Lui e dietro di Lui. Lui è tentato per noi, e ha vinto il Tentatore per noi, ma anche noi dobbiamo con Lui affrontare le tentazioni e superarle. Lui ci dona l’acqua viva del suo Spirito, e a noi spetta attingere alla sua fonte e bere, nei Sacramenti, nella preghiera, nell’adorazione; Lui è la luce che vince le tenebre, e a noi è chiesto di alimentare la piccola fiamma che ci è stata affidata nel giorno del nostro Battesimo.

*Momento di silenzio*

**PREGHIAMO INSIEME CON LE PAROLE DI SAN FRANCESCO**

O alto e glorioso Dio,  
illumina le tenebre del cuore mio.  
Dammi una fede retta, speranza certa,  
carità perfetta e umiltà profonda.  
Dammi, Signore, senno e discernimento  
per compiere la tua vera e santa volontà. Amen!

**CANTO**

**S. Preghiamo...** Accogli, Signore, la nostra preghiera: perdona le nostre colpe, aumenta la nostra fede e guida i nostri cuori vacillanti sulla via del bene. Per Cristo nostro Signore. Amen!



#### 4° MOMENTO

### LA SPERANZA CI PORTA VERSO L'AMORE!



#### **L9. Ascoltiamo la Parola di Dio**

*dalla lettera di San Paolo apostolo ai Romani* (Rm 12,9-13)

Fratelli, la carità non sia ipocrita: detestate il male, attaccatevi al bene; amatevi gli uni gli altri con affetto fraterno, garegiate nello stimarvi a vicenda. Non siate pigri nel fare il bene, siate invece ferventi nello spirito; servite il Signore. Siate lieti nella speranza, costanti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera. Condividete le necessità dei santi; siate premurosi nell'ospitalità.

#### **L10. Dalle parole di papa Francesco** *Udienza del 15 marzo 2017*

Sappiamo bene che il grande comandamento che ci ha lasciato il Signore Gesù è quello di amare: amare Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutta la mente e amare il prossimo come noi stessi (cfr Mt 22,37-39), cioè siamo chiamati all'amore, alla carità. E questa è la nostra vocazione più alta, la nostra vocazione per eccellenza; e ad essa è legata anche la gioia della speranza cristiana. Chi ama ha la gioia della speranza, di arrivare a incontrare il grande amore che è il Signore... Tutti facciamo l'esperienza di non vivere in pieno o come dovremmo il comandamento dell'amore. Ma anche questa è una grazia, perché ci fa comprendere che da noi stessi non siamo capaci di amare veramente: abbiamo bisogno che il Signore rinnovi continuamente questo dono nel nostro cuore, attraverso l'esperienza della sua infinita misericordia. E allora sì che torneremo ad apprezzare le cose piccole, le cose semplici, ordinarie; che torneremo ad apprezzare tutte queste piccole cose di tutti i giorni e saremo capaci di amare gli altri come li ama Dio, volendo il loro bene, cioè che siano santi, amici di Dio; e saremo contenti per la possibilità di farci vicini a chi è povero e umile, come Gesù fa con ciascuno di noi quando siamo lontani da Lui, di piegarci ai piedi dei fratelli, come Lui, Buon Samaritano, fa con ciascuno di noi, con la sua compassione e il suo perdono. Cari fratelli, questo che l'Apostolo Paolo ci ha ricordato è il segreto per essere «*lieti nella speranza*». La gioia della speranza, perché sappiamo che in ogni circostanza, anche la più avversa, e anche attraverso

so i nostri stessi fallimenti, l'amore di Dio non viene meno. E allora, con il cuore visitato e abitato dalla sua grazia e dalla sua fedeltà, viviamo nella gioiosa speranza di ricambiare nei fratelli, per quel poco che possiamo, il tanto che riceviamo ogni giorno da Lui.

#### PER PREGARE... CON LE PAROLE DELLA LITURGIA

**S.** Con la speranza che nasce dall'incontro con Cristo andiamo verso i fratelli, soprattutto quelli che hanno bisogno dell'amore e del sostegno concreto, affinché la nostra testimonianza li aiuti a diventare amici di Dio che perdona. Diciamo insieme: **Accresci, Signore, il nostro amore!**

**L11.** Noi ti benediciamo, Dio onnipotente, Signore del cielo e della terra, per Gesù Cristo tuo Figlio venuto nel tuo nome: egli è la mano che tendi ai peccatori, la parola che ci salva, la via che ci guida alla pace. Fa' che sperimentiamo la sua presenza ogni giorno della vita! *Rit.*

**L12.** Tu continui a chiamare i peccatori a rinnovarsi nel tuo Spirito e manifesti la tua onnipotenza soprattutto nella grazia del perdono. Molte volte gli uomini hanno infranto la tua alleanza, e tu invece di abbandonarli hai stretto con loro un vincolo nuovo per mezzo di Gesù, tuo Figlio e nostro redentore: un vincolo così saldo che nulla potrà mai spezzare. Fa' che sperimentiamo anche noi la tua tenerezza. *Rit.*

**L13.** Guarda, o Padre, questa tua famiglia che ricongiungi a te nell'unico sacrificio del tuo Cristo, e donaci la forza dello Spirito Santo, perché vinta ogni divisione e discordia siamo riuniti in un solo corpo. Fa' che ci riconciliamo in famiglia, tra famiglie, tra persone e tra gruppi di servizio dentro la comunità cristiana e civile. *Rit.*

**L14.** Custodisci tutti noi in comunione di fede e di amore con il nostro Papa Francesco e il nostro Vescovo Giuseppe. Aiutaci a costruire insieme il tuo regno fino al giorno in cui verremo davanti a te nella tua casa, santi tra i santi, con la beata Vergine Maria, san Giuseppe suo sposo, gli Apostoli, san Nicola, san Martino, santa Maria Maddalena, e i nostri fratelli defunti che raccomandiamo alla tua misericordia. Fa' che sappiamo camminare in santità di vita. *Rit.*

*Momento di silenzio*

**Padre nostro...**

**CANTO**

## PREGHIERA DI COMPIETA

**V** O Dio, vieni a salvarmi.

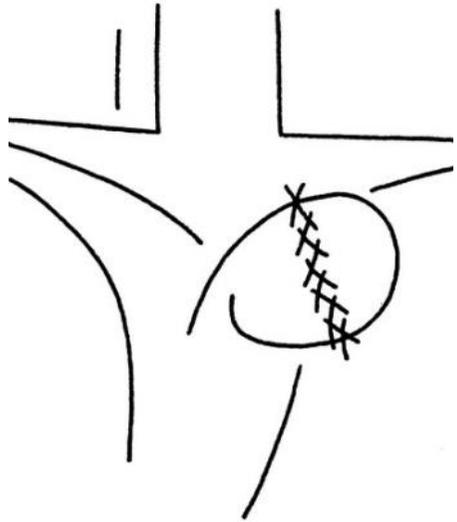
**R** Signore, vieni presto in mio aiuto.

Al termine del giorno,  
o sommo Creatore,  
veglia sul nostro riposo  
con amore di Padre.

Dona salute al corpo  
e fervore allo spirito,  
la tua luce rischiari  
le ombre della notte.

Nel sonno delle membra  
resti fedele il cuore,  
e al ritorno dell'alba  
intoni la tua lode.

Sia onore al Padre e al Figlio  
e allo Spirito Santo,  
al Dio trino ed unico  
nei secoli sia gloria. Amen.



### **Antifona**

Dimora all'ombra dell'Onnipotente:  
troverai rifugio dalle insidie del male.

### **SALMO 90**

Tu che abiti al riparo dell'Altissimo \*  
e dimori all'ombra dell'Onnipotente,  
di' al Signore: « Mio rifugio e mia fortezza, \*  
mio Dio, in cui confido».

Egli ti libererà dal laccio del cacciatore, \*  
dalla peste che distrugge. —

Ti coprirà con le sue penne, \*  
sotto le sue ali troverai rifugio.  
La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza; \*  
non temerai i terrori della notte,  
né la freccia che vola di giorno, †  
la peste che vaga nelle tenebre, \*  
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.



Mille cadranno al tuo fianco †  
e diecimila alla tua destra; \*  
ma nulla ti potrà colpire.

Solo che tu guardi, con i tuoi occhi \*  
vedrai il castigo degli empi.  
Poiché tuo rifugio è il Signore \*  
e hai fatto dell' Altissimo la tua dimora,  
non ti potrà colpire la sventura, \*  
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.  
Egli darà ordine ai suoi angeli \*  
di custodirti in tutti i tuoi passi.

Sulle loro mani ti porteranno \*  
perché non inciampi nella pietra il tuo piede.  
Camminerai su aspidi e vipere, \*  
schiaccerai leoni e draghi.

Lo salverò, perché a me si è affidato; \*  
lo esalterò, perché ha conosciuto il mio nome.  
Mi invocherà e gli darò risposta; †  
presso di lui sarò nella sventura, \*  
lo salverò e lo renderò glorioso.

Lo sazierò di lunghi giorni \*  
e gli mostrerò la mia salvezza.

### **Si ripete l'antifona**

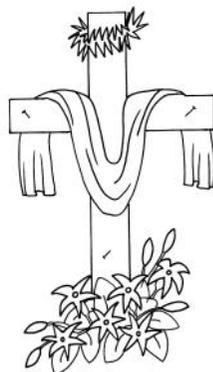
#### **LETTURA BREVE (Ap 22,4-5)**

Gli eletti vedranno la faccia del Signore e porteranno il suo nome sulla fronte. Non vi sarà più notte e non avranno più bisogno di luce di lampada, né di luce di sole, perché il Signore Dio li illuminerà e regneranno nei secoli dei secoli.

## RESPONSORIO BREVE

Tutti: **Cristo per noi si è fatto obbediente  
sino alla morte.**

**Ant.** Nella veglia salvaci, Signore,  
nel sonno non ci abbandonare:  
il cuore vegli con Cristo  
e il corpo riposi nella pace.



## CANTICO di SIMEONE

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo \*  
vada in pace secondo la tua parola;  
perché i miei occhi han visto la tua salvezza \*  
preparata da te davanti a tutti i popoli,  
luce per illuminare le genti \*  
e gloria del tuo popolo Israele.

**Ant.** Nella veglia salvaci, Signore,  
nel sonno non ci abbandonare:  
il cuore vegli con Cristo  
e il corpo riposi nella pace.

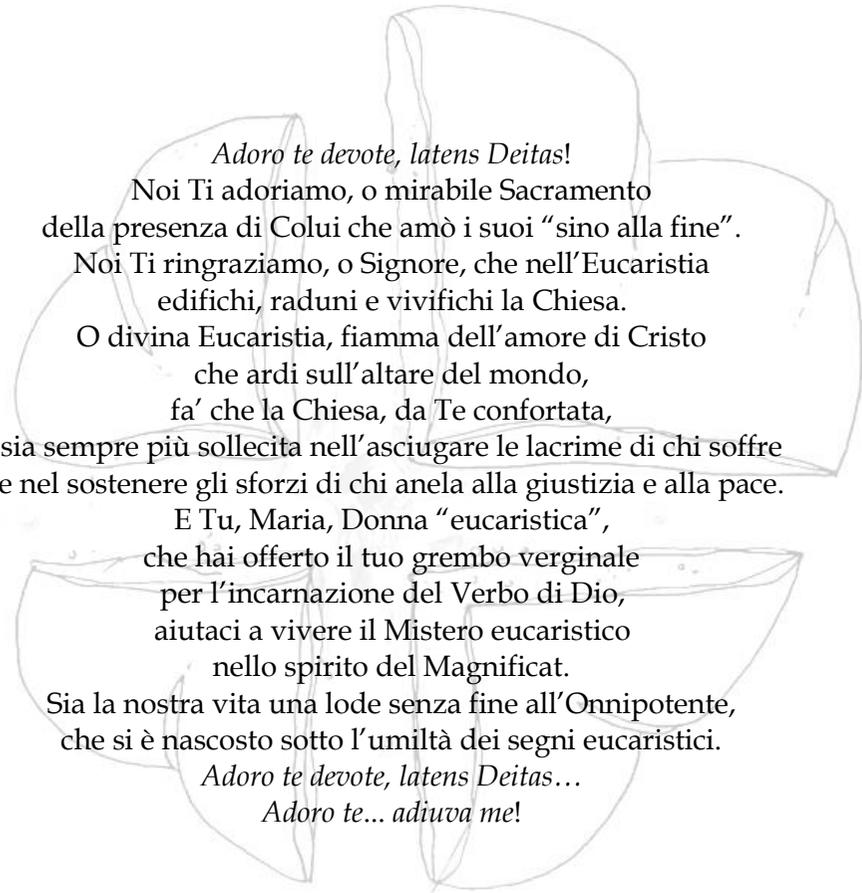
### **Preghiamo...**

Visita, o Padre, la nostra casa e tieni lontano le insidie del nemico; vengano i santi angeli a custodirci nella pace, e la tua benedizione rimanga sempre con noi. Per Cristo nostro Signore.

## BENEDIZIONE FINALE

Il Signore ci conceda una notte serena e un riposo tranquillo.  
**R Amen.**





*Adoro te devote, latens Deitas!*

Noi Ti adoriamo, o mirabile Sacramento  
della presenza di Colui che amò i suoi “sino alla fine”.

Noi Ti ringraziamo, o Signore, che nell’Eucaristia  
edifichi, raduni e vivifichi la Chiesa.

O divina Eucaristia, fiamma dell’amore di Cristo  
che ardi sull’altare del mondo,  
fa’ che la Chiesa, da Te confortata,  
sia sempre più sollecita nell’asciugare le lacrime di chi soffre  
e nel sostenere gli sforzi di chi anela alla giustizia e alla pace.

E Tu, Maria, Donna “eucaristica”,  
che hai offerto il tuo grembo verginale  
per l’incarnazione del Verbo di Dio,  
aiutaci a vivere il Mistero eucaristico  
nello spirito del Magnificat.

Sia la nostra vita una lode senza fine all’Onnipotente,  
che si è nascosto sotto l’umiltà dei segni eucaristici.

*Adoro te devote, latens Deitas...*

*Adoro te... adiuva me!*