

Adorazione Eucaristica

Perpetua

COSA E' L'ADORAZIONE

È l'atto più alto di una creatura umana nei confronti del suo Creatore, *mettersi ai suoi piedi* in atteggiamento di filiale ascolto e di lode, reverenza e accoglienza di tutto quanto proviene da Lui, nella consapevolezza che solo Lui basta e solo Lui conta. Chi adora pone al centro della sua attenzione e del suo cuore il Dio altissimo e creatore e Salvatore di tutto l'universo. L'adorazione Eucaristica è un tempo trascorso in preghiera davanti al Sacramento dell'Eucaristia esposto solennemente. Si può pregare in vari modi, ma il modo migliore è una preghiera di silenziosa meditazione, sul mistero dell'Amore con cui Gesù ci ha amato, tanto da dare la sua vita ed il suo Sangue per noi. Adorare è lasciarsi amare da Dio per imparare ad amare gli altri... Adorare è entrare nell'esperienza del Paradiso, per essere più concreti nella storia. *“Gesù se ne andò sulla montagna a pregare e passò la notte in orazione. Quando fu giorno chiamò a sé i suoi discepoli e ne scelse dodici”*. **Lc 6:12-13**

CHI PUÒ ADORARE

Chiunque è disposto a fare silenzio dentro ed intorno a sé, a qualunque età, nazione, lingua e categoria appartenga. Chi vuole trovare un tempo da dare a Dio per stare con lui per il proprio bene e per il bene di tutta l'umanità che, in chi adora è rappresentata. *“Il Padre cerca adoratori che lo adorino in spirito e verità”*. **Gv 4:24**

COME SI ADORA

Si adora sforzandosi di fare silenzio dentro ed intorno a sé, per permettere a Dio di comunicare col nostro cuore ed al nostro cuore di comunicare con Dio. Si fissa lo sguardo verso l'Eucaristia, che è il segno vivo dell'amore che Gesù ha per noi, si medita sul mistero della sofferenza, della morte e della risurrezione di Gesù, che nell'Eucaristia ci dona la sua presenza reale e sostanziale. *“Ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo”*. **Mt 28:20**

DOVE SI ADORA

In una cappella creata apposta, in una parte della chiesa dove c'è un luogo raccolto e silenzioso in cui è esposto il Sacramento dell'Eucaristia e dove anche altri sono riuniti per pregare individualmente, o come comunità. Se in chiesa manca un tale spazio, si può individuare una stanza od un locale, con facile accesso dall'esterno, con attigui servizi igienici. In tal modo si crea un'oasi di pace e di preghiera che ci dà la gioia del Paradiso. *“Venite, prostrati adoriamo, in ginocchio davanti al Signore che ci ha creati”*. **Sal 94:6**

QUANDO SI ADORA

In ogni momento del giorno, o della notte; nella gioia più profonda, o nel dolore più acuto. Con la pace nel cuore, o nel colmo dell'angoscia. All'inizio della vita, o alla fine. Quando si hanno energie e quando non ce la facciamo più; in piena salute, o nella malattia. Quando il nostro spirito trabocca d'amore, o nel colmo dell'aridità. Prima di decisioni importanti, o per ringraziare Dio di averle prese. Quando siamo forti, o quando siamo deboli. Nella fedeltà, o nel peccato. *“Pregate inoltre incessantemente, con ogni sorta di preghiere e di suppliche nello Spirito, vigilando a questo scopo con ogni perseveranza e pregando per tutti”... Ef 6:18*

10 RAGIONI PER ADORARE

- Perché solo Dio è degno di ricevere tutta la nostra lode e la nostra adorazione per sempre.
- Per dire grazie a Dio per tutto ciò che ci ha donato da prima che esistessimo.
- Per entrare nel segreto dell'amore di Dio, che ci si svela quando siamo davanti a lui.
- Per intercedere per tutta l'umanità.
- Per trovare riposo e lasciarci ristorare da Dio.
- Per chiedere perdono per i nostri peccati e per quelli del mondo intero.
- Per pregare per la pace e la giustizia nel mondo e l'unità tra tutti i Cristiani.
- Per chiedere il dono dello Spirito Santo per annunciare il Vangelo in tutte le nazioni.
- Per pregare per i nostri nemici e per avere la forza di perdonarli.
- Per guarire da ogni nostra malattia, fisica e spirituale e avere la forza per resistere al male.

PERCHE' ADORAZIONE PERPETUA

Molti dicono che non c'è bisogno di fare adorazione perpetua. In cielo le schiere degli Angeli e dei Santi, uniti in *eterna* esultanza cantano ad una sola voce la santità di Dio (dalle prefazioni delle preghiere liturgiche). Gli prestano servizio giorno e notte (dal Libro dell'Apocalisse). Pertanto l'Adorazione in Cielo è Perpetua e quindi, se vogliamo entrare nella dimensione dell'Eternità ed sperimentare già da ora il nostro destino finale, *le nostre comunità cristiane devono diventare vere scuole di preghiera (NMI 33)* e permettere ai fedeli di vivere questa, che è la dimensione più vera dell'esistere.

Per quale motivo infatti le chiese dovrebbero essere chiuse: forse che il nostro Dio si riposa? Ci sono forse momenti in cui nessuno ha bisogno dell'aiuto e del conforto di Dio? Ci sono forse tempi in cui il male cessa di operare? Ci sono forse momenti in cui nessuno lavora? Ormai la nostra vita ha sempre di più ritmi incessanti di azione, di giorno e di notte, similmente bisogna che ci siano spazi di altrettanto incessante preghiera. Basta solo organizzarsi e riprendere possesso di quegli spazi, che altrimenti vengono immancabilmente conquistati dal male!

GLI ONERI PER IL PASTORE

Nella mente del Pastore di una comunità, abituato a portare il peso di chi difficilmente si lascia coinvolgere in iniziative, nascono subito interrogativi: sarà problematico portare avanti la struttura, assicurare le aperture notturne e diurne, se manca qualcuno cosa succede... come combinare l'adorazione con la vita pastorale della Parrocchia... se i laici si stancano... e mille altri dubbi e incertezze. In realtà la struttura è organizzata in modo tale, che il peso portato da ognuno è minimo ed il tutto è **condiviso dai laici**, il parroco deve **solo incoraggiare il culto all'Eucaristia**, fidandosi di Dio e stupendosi nel constatare le meraviglie che egli opererà nei suoi parrocchiani, della crescita che avverrà in loro e degli **immensi frutti** che ne nasceranno, per il **proprio ministero sacerdotale** e per il **popolo di Dio assetato di spiritualità**.

La preoccupazione per la sicurezza contro il furto ed altri incidenti, è dimostrata fuori di luogo, sull'esperienza di chi ha iniziato l'adorazione perpetua: gli adoratori sono il miglior **antifurto vivente** per le strutture chiuse ed isolate, che invece si riempiono di vita di giorno e di notte!

COME INIZIARE L'ADORAZIONE EUCARISTICA PERPETUA

È necessario che il parroco (o rettore della chiesa) sia d'accordo e desideroso avere l'Adorazione Eucaristica Perpetua (AEP) nella sua parrocchia/chiesa, anche se non dovrà preoccuparsi di organizzarla, o portarne il peso diretto, perché in ciò saranno coinvolti direttamente i laici, della sua comunità e non, che aderiranno alla proposta. La struttura è dinamica, coinvolge il laicato nella sua ministerialità, che il Concilio ci presenta con molta chiarezza, lo responsabilizza e lo forma a prendere piena coscienza della sua chiamata, lo mette in un rapporto diretto con il Signore. È sorprendente vedere quanto il popolo di Dio sia assetato di Lui e pienamente disponibile ad offrire il suo impegno per onorarlo ed adorarlo.

UNA STRUTTURA FONDATA BIBLICAMENTE

Nel libro dell'Apocalisse, nel capitolo 4 si descrive la struttura cui si fa riferimento. I **quattro esseri viventi** ed i **ventiquattro vegliardi**, costituiscono l'ossatura portante dell'**Adorazione Perpetua Celeste**, i **4 Responsabili di Fascia Oraria** ed i **24 Coordinatori di Ora** sostengono l'**Adorazione Eucaristica Perpetua**. I responsabili di fascia oraria (**RFO**) hanno il compito iniziale di organizzare lo schema dell'adorazione, telefonando a quanti hanno dato la loro adesione e suddividendoli nelle quattro fasce orarie giornaliere: della **notte** (dalle 0 alle 6), **mattino** (dalle 6 alle 12), **pomeriggio** (dalle 12 alle 18), **sera** (dalle 18 alle 24). Successivamente, quando è iniziata l'Adorazione, i **RFO** hanno compito di supervisione dei sei **Coordinatori di Ora** della loro fascia oraria.

Tra il numero di quanti hanno aderito alla AEP si individuano 24 volontari, come **Coordinatori di Ora (CO)**, i quali hanno un incarico di supervisione dei sette giorni della settimana,

dell'ora nella quale fanno adorazione. Ciò significa che per le prime cinque volte (cinque settimane), nell'ora di cui sono coordinatori, ricorderanno telefonicamente ad ogni adoratore il proprio turno di adorazione. Successivamente riceveranno le telefonate di quegli adoratori che avranno bisogno di una sostituzione e non siano capaci di reperirla tra i loro conoscenti.

DISTRIBUZIONE DEI MODULI DI ADESIONE

Durante le celebrazioni, i missionari fanno l'annuncio che descrive ai fedeli il valore e l'importanza dell'**AEP** e invitano, chi sente nel suo cuore la *chiamata del Signore* all'Adorazione Eucaristica, ad impegnarsi, consegnando il modulo stesso, indicando il proprio nome, cognome e telefono (per fini organizzativi) nonché il giorno della settimana e l'ora nella quale intenda impegnarsi. Infine chi voglia aiutare anche l'organizzazione pratica (come **CO**) lo può fare barrando la casella in fondo alla scheda di adesione.

Dopo la Comunione, nel momento del ringraziamento, si invitano i fedeli a riconsegnare i moduli compilati ponendoli sull'altare (Cristo) e vivendo un momento di vera *consacrazione all'adorazione*, come spontanea conseguenza della gratitudine nei confronti del Signore e Salvatore.

Sulla base dei moduli compilati, è opportuno che i fedeli vedano già i primi segni del loro impegno, è bene esporre fin da subito un manifesto (vedi materiale accluso) indicante lo schema settimanale con le ventiquattro ore, con adesivi collocati nei rispettivi quadratini, secondo il numero degli adoratori: ciò aiuterà altri a meditare e ad impegnarsi anch'essi.

ORGANIZZAZIONE DELLO SCHEMA DI FASCIA ORARIA

Ogni **RFO**, ha il suo schema corrispondente alle ore che coordina, in ogni quadratino di esso deve riportare i nomi e cognomi e telefoni degli adoratori. Il suo compito è di telefonare ad ogni adoratore per confermare la sua adesione ed eventualmente *bilanciare* lo schema. In ogni ora ci devono essere almeno due adoratori, quando fossero in numero superiore, sarà opportuno spostare da un'ora all'altra e da un

giorno all'altro gli eccedenti. È opportuno seguire la procedura qui indicata:

- Ringraziare la persona per aver voluto santificare un'ora della propria impegnata settimana.
- Chiedere alla persona il giorno e l'ora che desidera, o se sia disponibile invece ad impegnarsi per un'ora non ancora coperta.
- Incoraggiare e sostenere la persona, condividendo con lei le numerose grazie che scaturiscono dalla sua Ora di Adorazione e quando avrà iniziato non vedrà l'ora di venirci una volta alla settimana.
- Se ci fosse bisogno di **CO**, chiedete se la persona intendesse diventarlo, e/o se desideri assumersi l'impegno per più di un'ora alla settimana.
- Se si vuole creare una lista per invio di lettere, richiedete l'indirizzo postale.

COORDINATORI DI ORA

Si convoca poi una riunione dei coordinatori di ora per invitarli ad iniziare il loro incarico: essi devono telefonare ai loro adoratori, ed indicargli:

- Il loro numero di telefono e quello del **RFO** ed eventuali numeri di emergenza.
- La data ufficiale di inizio dell'adorazione.
- L'ubicazione della cappella di adorazione.
- L'ubicazione dei servizi igienici.
- I numeri di telefono degli adoratori che seguono e precedono.
- Il parcheggio auto ed eventuali mezzi pubblici da utilizzare per raggiungere la cappella.
- Le norme di sicurezza.

L'ADORATORE HA UNA GRANDE MISSIONE

Il **CO** telefona agli adoratori specificando quanto segue.

- L'adoratore è il **custode** e **intercessore**, che rappresenta la sua famiglia, la Chiesa e l'umanità in quel tempo prezioso di adorazione, nel quale riceve anche molti benefici personali.
- Deve firmare il registro delle presenze che serve per essere certi che non si creino vuoti nei turni di adorazione.

- Deve venire cinque minuti prima del suo turno, per sistemarsi e porre la firma nel registro delle presenze ed evitare di farsi attendere dall'adoratore dell'ora precedente.
- Non deve lasciare mai l'adorazione eucaristica, nella cappella dell'**Adorazione Perpetua**, nel giorno e nell'ora stabilita. Se per qualche ragione eccezionale si deve assentare una volta, deve trovare la sua provvisoria sostituzione, tra i suoi conoscenti, o familiari, anche se ci sono altri adoratori e deve avvertire il coordinatore di ora!
- Non può assolutamente fare alcun cambiamento di ora, o giorno, senza averlo **prima e per tempo** concordato con il coordinatore di ora!
- Non può trascorrere la sua ora di adorazione in un altro luogo, od in un altro giorno, o ora sostitutiva, perché la cappella di adorazione **conta** sulla presenza dei suoi adoratori, per non interrompere la preghiera.
- Se per causa di forza maggiore è costretto ad abbandonare il suo impegno deve avvertire **per tempo** il coordinatore di ora, affinché organizzi la sostituzione.
- Osservare se nei turni di adorazione ci sono altre persone ed invitarle ad impegnarsi a diventare anche loro adoratori. Invitare conoscenti a diventare adoratori stabili.

IL LUOGO DELL'ADORAZIONE

Il luogo ideale per l'adorazione è un locale ristretto, raccolto, silenzioso, comunicante con l'esterno, con disponibilità di servizi igienici e di un telefono, per eventuali emergenze.

Tale ambiente è facile da climatizzare, non interferisce con le attività pastorali di una parrocchia e si presta per un flusso regolare di adoratori, che possono stabilire una quieta intimità con il Signore. In prossimità o nella cappella si dispone un registro in cui gli adoratori iscritti all'**AEP** devono porre la loro firma specificando l'ora di inizio e termine dell'adorazione.

IMPORTANTE

Se la parrocchia fosse troppo piccola e la risposta dei fedeli troppo modesta, è bene coinvolgere altre parrocchie del vicinato. È utile

fare uso di eventuali radio e TV locali, bollettini, cerchie di amici e conoscenti, *passa-parola*. È importante coinvolgere tutte le realtà locali presenti nella parrocchia: movimenti, associazioni, comunità... è necessario coinvolgere comunità religiose e congregazioni, specie quelle con un carisma eucaristico, contemplativo, orante. È importante coinvolgere il più possibile il laicato, la cui ministerialità risalta proprio in una realtà come questa. Il presbitero trova grande sostegno spirituale ed incoraggiamento, inoltre è sollevato da qualsiasi responsabilità e impegno, se non di celebrare l'Eucaristia e confessare i molti fedeli che affluiranno nella **AEP**. Di tanto in tanto dovrà incoraggiare i fedeli e formarli all'adorazione Eucaristica. Le comunità che più facilmente possono dare vita all'Adorazione Eucaristica Perpetua sono le parrocchie, perché i fedeli le frequentano sistematicamente e stabilmente. Sarebbe bello che più parrocchie si associassero e tutte ne trarrebbero beneficio. La domanda di qualcuno: "Se i miei parrocchiani vanno in quella parrocchia li perderò..." è fuor di luogo, infatti torneranno col desiderio di fare lo stesso a casa loro e parteciperanno meglio alla vita della loro comunità.

KIT PARROCCHIA

È disponibile materiale per iniziare la cappella di **AEP** comprendente:

- Istruzioni generali.
- Moduli di adesione.
- Traccia di annuncio.
- Schema di Fascia Oraria.
- Schema Settimanale.

Scrivete a:

[**don_alberto_pacini@yahoo.it**](mailto:don_alberto_pacini@yahoo.it)

o consultate:

[**www.adorazioneperpetua.it**](http://www.adorazioneperpetua.it)

*“Il Signore benedica chi cammina
e sostiene molti altri
in questo meraviglioso cammino
per la santificazione e pacificazione
dell'intera umanità
finché Gesù torni
e prenda possesso del suo Regno!”*

Quali frutti porta l'Adorazione Eucaristica Perpetua

E' fondamentale comprendere che i frutti che una cappella di Adorazione Eucaristica Perpetua porta, ripagano la fatica e l'impegno profusi nell'istaurarla e mantenerla in essere.

1. La presenza di **centinaia di persone che partecipano** attivamente alla vita della Parrocchia, chi prega infatti scopre la bellezza e la ricchezza dell'incontro con Dio e certamente desidera di poterlo conoscere sempre più e matura il desiderio di una vita più seria e fedele al Battesimo.
2. **Una preghiera incessante** che sale a Dio di giorno e di notte per il bene di tutta l'umanità. I frutti di questa preghiera non solo si riversano su ciascuno dei partecipanti, ma anche sulle loro famiglie, conoscenti, comunità di appartenenza e su tutta l'umanità, affinché si risanino i conflitti e le aggressioni del male siano arginate e nasca una nuova primavera dello Spirito.
3. **Un'oasi di preghiera** per persone di qualunque razza, ceti, età, vicine o lontane dalla fede. In una silenziosa cappella di Adorazione Eucaristica Perpetua, di fronte al Signore della vita, è stupefacente vedere quante persone anonime passano e trascorrono del tempo considerevole immerse nel loro mondo interiore. Persone giunte anche da luoghi distanti, invitate da amici, oppure giunte "per caso", attratte da una forza invisibile ed irresistibile...
4. **Un servizio di ascolto**, e guida spirituale e **ore di confessioni**, con tante conversioni. E' impressionante accorgersi di come un luogo del genere diventi un polo di attrazione anche per chi è lontanissimo dalla fede, poi un giorno nasce il desiderio di riaccostarsi a Dio tramite il ministero della Chiesa... la Confessione, la celebrazione dei sacramenti... un risveglio del senso di appartenenza al corpo di Cristo...
5. **Un centro di ascolto e orientamento vocazionale**, dal confronto con Dio ed ascolto silenzioso con lui, nasce e si sviluppa nel cuore dell'orante, la chiamata a seguire il creatore, obbedendo al suo progetto d'amore e attuando la propria personale chiamata alla vita di coppia o alla consacrazione...
6. **Un centro di ascolto** per chi è smarrito e solo. Oggi nell'era della grande comunicazione e dell'abbondanza dei mezzi di comunicazione non si comunica più, non c'è spazio per le relazioni umane interpersonali... quanta solitudine, quanto vuoto quanta disperazione. Intorno alla cappella di Adorazione Eucaristica Perpetua si sviluppa spesso la possibilità di dare ascolto a chi lo cerca, magari come effetto dell'incontro con il Dio presente nell'Eucaristia.
7. La **presenza di movimenti ecclesiali**, che secondo il loro carisma si esprimono in momenti di preghiera. Tutti scoprono l'unità intorno a Cristo Eucaristia. Tutti sono "uno" in quell'unico Pane e si superano così in modo spontaneo tutte le divisioni.
8. Dalla preghiera incessante nasce una **comunità che si rigenera** perché chi incontra Dio sente naturale il desiderio di parlare di Lui (evangelizzare), inoltre nella preghiera ci si rafforza nel proprio rapporto con Dio.
9. La cappella di adorazione offre una **sosta nel cammino frenetico** della vita, per poter riscoprire se stessi nell'incontro con Dio, per riacquistare pace interiore, per placare il mare tempestoso dei propri sentimenti e ritrovare il retto cammino.
10. Un luogo per sperimentare l'amore Salvifico, che si manifesta nell'ascolto di Dio presente nell'Eucaristia. La certezza di essere amati è la consolante necessità di ognuno, nell'adorazione si sperimenta questa realtà, che giorno dopo giorno diventa come una certezza.

incontrando una comunità accogliente ed un sacerdote disponibile ad ascoltare.

LETTERA AGLI ADORATORI

Carissimo Fratello/Sorella,

La pace del Signore a te! Sono felice di poterti scrivere per ringraziarti a nome del Signore Gesù, per aver accettato di adorarlo instancabilmente notte e giorno. Certamente sono d'accordo con te, quando pensi che è una gioia adorare il Signore, ma certamente è anche un impegno d'amore e di fedeltà.

Colgo questa occasione per ricordarti l'importanza vitale che ha l'impegno che ti sei preso, non solo nella tua vita e in quella della tua famiglia, ma anche nel mondo intero. Chiunque adora si rende canale di Grazia, che permette al Signore di trasferire il suo amore all'umanità e di ricevere la risposta dell'umanità al suo amore!

Come sai l'impegno preso inizia qualcosa, che vogliamo che duri sempre, quindi coraggio e soprattutto cerchiamo di diffondere e testimoniare quanto il Signore ci da la gioia di sperimentare in prima persona. Desidero anche rammentarti alcuni importanti punti da ricordare:

1. Qualunque incontro con persone importanti di questo mondo, chiede che non ci lasciamo attendere, ma che semmai giungiamo un po' prima, in modo da non incomodare la persona che ci attende. Gesù non è forse il più importante personaggio da incontrare? **Puntualità**, dunque. Vieni cinque minuti prima, in modo da iniziare subito il tuo turno di adorazione.
2. Quando ci accordiamo con una persona, di incontrarci ogni settimana ad una data ora, non diamo forse un dolore a quella persona, se invece di andarci nel tempo convenuto, cambiamo i nostri programmi? Quanto più Gesù. Egli ci attende nel tempo fissato, per intrattenersi con noi. **Fedeltà dunque, al giorno ed all'ora fissati**, perché se tu non andrai lo spazio che lasci resterà vuoto e la catena di preghiera si interromperà! Non pensare che altri possano prendere il tuo posto. Pensa se tutti ragionassero con disinteresse e sbadataggine!
3. Quando andiamo al posto di lavoro, non dobbiamo forse firmare un registro di presenza, per assicurare gli altri della fedeltà del nostro impegno umano? Quanto più in quest'opera in cui siamo in un rapporto stretto col nostro Dio. **Non dimenticare dunque di apporre la tua firma sul registro, con l'ora di ingresso e l'ora di uscita**. Questo serve per sapere se l'andamento del nostro cammino è regolare.
4. Quando una grave ragione ti impedisce di adempiere l'impegno preso, non puoi assentarti senza avvertire. Quando pianifichi le tue vacanze, non pensi forse a provvedere chi annaffierà le piante della tua casa, o chi accudirà ai piccoli animali domestici? O quando hai un bimbo, o un malato a casa, non ti preoccupi di chiamare qualcuno che possa vegliare? Non pensi che Gesù meriti una cura ed un'attenzione infinitamente maggiore? **Quando dunque devi assentarti dal tuo turno di preghiera:**
 - Telefona a coloro che di solito pregano con te, per assicurarti se verranno.
 - Trova il tuo sostituto nel giro di amici, o di parenti.
 - Se non lo trovi, telefona al coordinatore dell'ora e se non trovi neanche questo chiama il coordinatore di fascia oraria-.

Se ti impegni l'adorazione potrà proseguire, altrimenti potresti causarne l'interruzione. Pensa invece a quanto tu stesso, in questo mondo moderno, possa contare su servizi che non si interrompono mai: i servizi alimentari, le farmacie, la stampa, l'elettricità, l'acqua... quanta gente lavora per te, notte e giorno. Tu cosa pensi di fare in questo servizio di Adorazione? Non stancarti di dare un'ora a settimana a Gesù!

Il Signore ti benedica e ti custodisca, con i tuoi cari

OGNI BENEDIZIONE SPIRITUALE NEI CIELI

"Una Parrocchia è una casa accogliente per tutti", così ha detto il Papa.

Per questo motivo nel Congresso Eucaristico Internazionale del '93 a Siviglia, Papa Giovanni Paolo II disse che la sua più grande preghiera e desiderio per l'intera Chiesa era che ciascuna Parrocchia nel mondo stabilisca l'Adorazione Perpetua.

Una Parrocchia ha l'Adorazione Perpetua quando allestisce una cappella o dedica un piccolo locale raccolto all'esposizione permanente del Santissimo Sacramento, che sia aperto 7 giorni alla settimana, 24 ore al giorno, per rendere **facile** a chiunque ed in ogni momento far visita a Gesù.

Questo proprio perché il Papa ha detto che "Il nostro impegno essenziale nella vita è di crescere spiritualmente nel clima della Santa Eucarestia", poiché "La vita è un viaggio di fede ed intimità con il Signore pertanto..." il Papa ha aggiunto: "Dobbiamo trovare il tempo per pregare poiché Dio è nascosto nel Santissimo Sacramento e non fa altro che attendere che noi scopriamo il segreto della Sua Presenza."

Per questa ragione il Papa ha detto: "La nostra lode comune deve andare di pari passo con il nostro amore personale per Gesù in sante ore di Adorazione affinché il nostro amore per Gesù possa essere completo."

Il Signore ci chiama oggi alla lode in comune. Ci raduniamo come famiglia parrocchiale per dare gloria al Padre.

Poi Gesù sta con noi nel Santissimo Sacramento dove ci chiama a ritornare a Lui per un po' di tempo passato in tranquillità nel corso della settimana alla Sua Presenza per approfondire la nostra unione e sviluppare la nostra relazione personale con Gesù Nostro Salvatore, e questo poiché il Papa Giovanni Paolo II ha detto: "La nostra religione è una religione di permanenza nel Cuore di Dio."

Per questo motivo il Papa ha detto ancora: "Gesù ti attende nel Sacramento del Suo amore dove ciascuno è benvenuto ed a tutti Gesù ripete senza limiti di tempo il Suo appello "Così non siete stati capaci di vegliare un'ora sola con me?" (Mt 26:40) poiché l'Eucarestia è il regalo del cuore di Gesù.

La Sua sete è per la nostra fede che possiamo riconoscere questo dono d'Amore nel venire a Lui nel Santissimo Sacramento.

Se ciascuno di noi fosse disponibile a passare un'ora una volta alla settimana con Gesù realmente presente nel Santissimo Sacramento, allora saremmo in grado di organizzare tutte le ore del giorno e della notte in una maniera tale che ogni ora possa essere coperta con almeno una persona di fronte a Gesù in ogni momento così che Lui non sia mai lasciato solo, che insieme come una famiglia parrocchiale tributiamo a Dio il più grande onore e gloria sulla terra stabilendo l'Adorazione Perpetua, a compimento della scrittura,

"L'Agnello che fu immolato è degno di ricevere... (Ap. 5:12) adorazione ininterrotta.

In altre parole, Gesù la merita come gratitudine per tutto ciò che Egli ha fatto per la nostra salvezza poiché l'Adorazione Perpetua è la gloria che è dovuta al Suo nome.

Quest'ora che Gesù vuole che tu passi con Lui, può essere fatta in qualsiasi modo tu voglia.

Alcuni portano il loro libro di preghiere, altri pregano il Santo Rosario o leggono la Sacra Bibbia. Altri parlano con Gesù cuore a cuore come si potrebbe fare con l'amico più caro.

Ciò che Gesù vuole che tutti sappiano è che Lui è la persona più semplice con cui stare, ed in maniera assoluta la persona più facile da accontentare.

Per esempio, potresti essere così stanco o affaticato o esaurito da semplicemente sederti rilassandoti per goderti la dolce pace che deriva dall'essere alla Sua Presenza, proprio come Egli ci assicura "Io vi ristorerò" (Mt 11:28) laddove, Papa Giovanni Paolo II dice:

"Entriamo nel Suo Cuore e ci avviciniamo al Suo amore che è più forte di tutti i mali."

Questo è il motivo per cui Gesù nel Vangelo dice semplicemente "Venite a Me" (Mt 11:28), poiché nel Santissimo Sacramento Egli ci trasforma con quelle grazie che ha conquistato per noi sul Calvario; poiché abbandonato nelle tenebre, la Sua Presenza potesse immergerci in un bagno di luce radiosa, poiché ridotto come peccato, Egli potesse renderci santi nella Sua Bontà; poiché visto come un completo fallimento, noi potessimo diventare un successo divino ricoperti dai Suoi infiniti meriti; poiché morto in maniera vergognosa ed in disgrazia, noi potessimo essere rivestiti per sempre di dignità e di gloria; poiché guardato con disprezzo ed odio profondo da tutti Egli potesse abbracciare e rinnovare con la dolcezza di Dio tutti quelli che guardano a Lui nel Santissimo Sacramento, da cui Egli elargisce a noi, secondo la Scrittura "ogni benedizione spirituale nei Cieli". (Ef. 1:3)

Per questa ragione, Madre Teresa di Calcutta disse: "Ogni momento che tu passi con Gesù approfondirà la tua unione con Lui e renderà la tua anima infinitamente più gloriosa e meravigliosa in Paradiso ed aiuterà a far realizzare una pace duratura sulla terra."

"L'Adorazione Perpetua –ella disse– salverà l'intero mondo".

"La ragione per cui i cuori degli uomini sono divenuti freddi ed il motivo per cui il mondo è dominato dalle tenebre –disse Papa Giovanni XXIII– è perché l'Adorazione è diminuita" come predetto nella Scrittura quando Dio ci disse "Nonostante mi chinassi per nutrire il Mio bambino –nel Santissimo Sacramento– essi non compresero che avevo cura di loro." (Osea 11:4)

Nel Vecchio Testamento Dio istruì la gente di guardare al serpente di bronzo per essere guariti.

Oggi, attraverso il Papa, il Padre Celeste ci implora di guardare al Suo Amato Figlio nel Santissimo Sacramento affinché il mondo intero possa essere guarito.

"Questa infatti è la volontà del Padre mio, –disse Gesù– che chiunque vede il Figlio e crede in Lui....."(Gv 6:40)

Il Papa ha detto: "La Chiesa ed il mondo hanno un grande bisogno di Adorazione Eucaristica. Coloro che adorano cambieranno il mondo e realizzeranno una pace duratura per l'intera umanità."

La verità di questa affermazione fu vista in una visione che Dio diede a Suor Faustina, canonizzata dal Papa Giovanni Paolo II.

In questa visione ogni ora di preghiera effettuata alla Presenza del Santissimo Sacramento tocca a tal punto il Cuore di Gesù, la Luce del mondo, che raggi divini d'amore e misericordia emanano dal Suo Cuore verso tutto il mondo e toccano il cuore di ogni uomo, donna e bambino sulla faccia della terra.

Egli tiene il mondo intero nella Sua Mano, ogni ora di Adorazione effettuata aiuterà a portare il mondo intero al Suo Cuore.

Per questa ragione il Papa Giovanni Paolo II esclama: "CHE POTENZA...." "chiunque, chiunque si reca di fronte al Salvatore per un'ora di Adorazione avvicina il mondo a Cristo ed innalza il mondo e tutte le persone del mondo verso Dio Padre per la Sua Benedizione!!"

La cosa magnifica di una Cappella di Adorazione Perpetua è che chiunque può parteciparvi poiché chiunque può trovare almeno un'ora per stare con Gesù.

E qualsiasi ora tu scelga al mattino, pomeriggio, serata o notte sarà graditissima al Signore.

Ma per favore considera attentamente la possibilità di candidarti come volontario per un'ora della notte compresa tra la mezzanotte e le 6 del mattino poiché queste sono le ore più difficili da coprire; richiedono un sacrificio da parte di coloro che siano disponibili ad alzarsi nel cuore della notte per stare con Gesù per un'ora di Adorazione.

Ti potrà interessare conoscere che il Papa passa un'intera notte in preghiera di fronte al Santissimo Sacramento una volta alla settimana poiché disse: "La Scrittura ci ricorda che Gesù spesso passava l'intera notte in preghiera."

Un sacrificio di alzarsi nel cuore della notte per passare un'ora di Adorazione ha senso soltanto quando pensiamo a quanto Gesù ci ama nel Santissimo Sacramento e quanto il nostro sacrificio è da Lui considerato come contraccambio poiché Egli disse: "Ecco questo Cuore che ha amato l'uomo così tanto e che è così poco riamato, Io sono assetato di una sete terribile di essere amato nel Santissimo Sacramento."

Quando il Suo Cuore fu oppresso dall'agonia nel giardino fu poiché Gesù si rese conto che il dono dell'Eucarestia, inteso essere per l'intera umanità, sarebbe stato rigettato da molti ed adorato da così pochi.

Disse: "La mia Anima é triste fino alla morte." (Mc 14:33)

Quelli che sono pronti a fare un sacrificio tenendo compagnia a Gesù per un'ora nel cuore della notte confortano e consolano il Suo Cuore anche per coloro che non Lo conoscono o che non Lo amano ed ottengono innumerevoli grazie perché il mondo intero vada a Lui che disse:

"Io quando sarò elevato da terra, attirerò tutti a Me." (Gv 12:32)

Sulla croce Gesù fu elevato in odio. Quelli pronti a fare questo sacrificio Lo innalzano in amore ed ottengono di far riversare la misericordia di Dio sull'intero mondo.

Ogni Cappella di Adorazione Perpetua è una Cappella di Misericordia Divina poiché Papa Giovanni Paolo II dice: "Quelli che stanno davanti al Signore svolgono servizio eminente. Essi presentano a Cristo tutti coloro che non Lo conoscono o sono distanti da Lui.

Essi stanno alla Sua Presenza al posto di queste persone facendo scendere su queste anime lontane da Dio, e pertanto più bisognose della Sua Misericordia, il Sangue Preziosissimo dell'Agnello cosicché invece di andare all'inferno queste anime vadano in Paradiso per stare con Dio per tutta l'eternità.

Salvare un'anima é la più grande cosa che noi possiamo fare. Pertanto il Papa ha detto: "Siamo generosi con il nostro tempo nell'andare ad incontrare Gesù nel Santissimo Sacramento."

Chiunque é disponibile ad essere generoso al punto di prendere una di queste ore notturne, sarà benedetto da Dio dieci volte tanto per aver fatto questo poiché Dio non può essere superato in generosità.

Ogni volta che siamo generosi con Dio Egli è generoso con noi dieci volte di più.

E quando facciamo sulla terra ciò che viene fatto in Paradiso, adorare Dio perpetuamente, allora verranno "un nuovo Cielo ed una nuova terra" (2 Pietro 3:13) esattamente come noi preghiamo nel Padre Nostro "Venga il Tuo Regno... sulla terra come in Cielo". (Mt 6:10)

Poiché quando, secondo la Scrittura, noi proclamiamo Gesù Re dandoGli l'amore e la gloria che sono dovuti al Suo nome ALLORA EGLI AFFERMERÀ IL SUO REGNO ripristinando la terra alla gloria del paradiso.

Oggi il mondo é al di là di ogni soluzione umana. Ciò di cui c'è bisogno é un intervento divino. Per questa ragione il Papa ci urge: "a rinnovare la nostra speranza nella venuta definitiva del Regno di Dio sulla terra" quando Dio "asciugherà ogni lacrima" dalla faccia della terra per tutta l'umanità secondo la Sua promessa di ricreare una nuova terra dove "non ci sia più morte o lutto o pena" (Ap. 21:4) e questo perché il Papa dice: "l'intero mondo sarà trasformato in amore perfetto e gioia secondo il piano del Padre."

Come avverrà che tutta l'umanità possa godere la Gloria di un nuovo paradiso sulla terra?

Papa Giovanni Paolo II dice: "la trasformazione radicale del mondo intero avverrà attraverso l'Adorazione Perpetua di Gesù nel Santissimo Sacramento" in compimento della scrittura ("la vittoria...") "la potenza che ha conquistato il mondo è questa nostra fede." (1Gv. 5:4)

"Che incomparabile consolazione!" il Papa dichiara, poiché "la nostra religione è una religione di gloria."

Poiché l'Eucarestia e la nostra fede nella potenza dell'Eucarestia é "il mistero, il piano che doveva essere realizzato nella pienezza dei tempi, il disegno cioè, di ricapitolare in Cristo tutte le cose, quelle del Cielo come quelle della terra" (Ef. 1:9-10) in compimento della preghiera di Gesù "CHE TUTTI POSSANO ESSERE UNO" (Gv. 17:21) "perché Dio sia tutto in tutti " (1Cor. 15:28) siccome "il piano di Dio in Cristo" secondo l'insegnamento della Chiesa "è di riprendere il mondo intero e rifare una nuova creazione" "in virtù del potere che ha di sottomettere a Sé tutte le cose " (Fil. 3:21) attraverso l'onnipotente amore del Santissimo Sacramento che tutto può, un "amore" che "non fallisce mai". (1Cor. 13:8)

Allora "tutto nell'universo" griderà di gioia. "A Colui che siede sul trono ed all'Agnello lode, onore, gloria e potenza" (Ap. 5:13) mentre "ogni ginocchio si piegherà ed ogni lingua professerà che" "il SIGNORE dei signori ed il RE dei re", (Fil. 2:11), (Ap. 17:14) il Re d'amore e misericordia per tutta l'umanità è Gesù che ci chiama a sperare per "tutte le cose" (1Cor. 13:7) poiché Egli promette, "ECCO, IO FACCIO NUOVE TUTE LE COSE." (Ap. 21:5)

UN NUOVO GIORNO

Quando Giovanni il Battista vide Gesù nel Giordano esclamò: “Guardate! Ecco l’Agnello di Dio” (Gv. 1:36)

Prima di ricevere la Santa Comunione questo è ciò che il sacerdote dice quando eleva l’Ostia Consacrata: “Ecco l’Agnello di Dio”!

In altre parole, è realmente Gesù.

Il Papa Giovanni Paolo II dice che “Cristo ci sta ora invitando urgentemente ad avvicinarci a Lui nel Santissimo Sacramento” nel momento in cui “Ognuno è chiamato a crescere continuamente in intima unione con Gesù Cristo che dice:

“Io sono il Pane di Vita disceso dal cielo” (Gv. 6:51)

Ascoltare l’insegnamento del Padre ed imparare da questo, vuol dire venire a Me... (Gv. 6:45)

Il modo in cui noi andiamo da Gesù è sia comunitario che personale quando il Papa afferma che: “Il nostro modo comunitario di adorare durante la Santa Messa deve andare di pari passo con il nostro amore personale per Gesù nelle ore di adorazione, affinché il nostro amore per Gesù sia completo.”

Oggi ci riuniamo come famiglia parrocchiale per glorificare Dio nella lode comune.

Allora Gesù sta con noi giorno e notte nel Santissimo Sacramento, dove ci chiama a ritornare a Lui nel corso della settimana, per passare un po’ di tempo tranquillo alla Sua presenza ed al fine di approfondire la nostra unione e sviluppare la nostra relazione personale con Lui, che ci chiama all’amicizia quando ci dice “Vi ho chiamato amici”(Gv. 15:15).

Papa Giovanni Paolo II dice: “Cristo rimane nel Santissimo Sacramento come Colui che è nostro compagno, che accoglie l’uomo afflitto dalle difficoltà e lo consola con il calore della Sua comprensione ed amore.”

Il Papa continua dicendo: È nel Santissimo Sacramento che quelle parole gentili ‘VENITE A ME voi tutti che siete affaticati ed oppressi, ed io vi ristorerò’ (Mt. 11:28) vengono illuminate e comprese a fondo.

San Giovanni Maria Vianney, il santo patrono dei sacerdoti delle parrocchie, soleva indicare il Tabernacolo e dire alla gente che Gesù è lì dentro per davvero, e che se tu soltanto sapessi quanto Egli ti ama, tu saresti la persona più felice del mondo.

Gesù stesso ci dice quanto Egli ci ama nel Santissimo Sacramento nel Suo Discorso dell’Ultima Cena, quando dice che ama ciascuno di noi come il Padre ama Lui: “Come il Padre ha amato me, così io ho amato voi.” (Gv. 15:9).

Poi ci chiama ad andare alla Sua Presenza in silenziosa adorazione quando dice: “Rimanete nel Mio amore.”

Papa Giovanni Paolo II afferma che: “Ogni persona è chiamata a testimoniare la Presenza Reale di Gesù” che dice “dove sono Io, là sarà anche il mio servo.” (Gv. 12:26)

“Perché dove è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore” (Mt 6:21 – Lc 12:34).

Perché ogni persona è il tesoro prezioso di Gesù, la Sua Presenza, il Suo Cuore è qui giorno e notte pulsante di infinito amore per ognuno di noi.

Quando riserviamo del tempo per stare con Gesù in un’ora di adorazione noi Gli diciamo che anche Lui per noi è il nostro tesoro, la Nostra Perla di Grande Valore.

Il Papa spiega: “Il Santissimo Sacramento è il Cuore Vivo di ciascuna delle nostre chiese ed è nostro dolce compito di onorare ed adorare nella Sacra Ostia che i nostri occhi vedono, la Parola Incarnata che essi non vedono.”

Il Papa dice: “Non è attraverso i sensi che Lo percepiamo e che Gli siamo vicini. Sotto le apparenze dell’Ostia Consacrata è la fede e l’amore che ci portano a riconoscere il Signore che disse, “Questa è l’opera di Dio: Abbiate fede in Colui che Lui Inviò.” (Gv. 6:29)

“Chiunque Mi riconosce di fronte agli uomini, Io lo riconoscerò di fronte al Padre Mio nei cieli” (Mt. 10:32)

Pertanto la domanda che Gesù rivolse ai Suoi apostoli è la domanda che Egli pone a ciascuno di noi: “Voi chi dite che Io sia?” (Mt. 16:15) perciò il Papa dice: “Qui nel Santissimo Sacramento è Gesù Cristo in persona! Che disse, ‘chiunque accoglie me, accoglie Colui che Mi ha mandato.’ (Mt. 10:34)”

Quando i discepoli accolsero Gesù sulla strada di Emmaus dicendo: “Resta con noi, Signore” (Lc. 24:29) i loro occhi si aprirono e Lo riconobbero nello spezzare il pane quando si fermarono per riposarsi dal loro cammino.

Il Papa Giovanni Paolo dice che:

“La vita è un viaggio di fede e intimità con il Signore. Pertanto, noi dobbiamo trovare tempo per la preghiera, in special modo per l’adorazione, perché Dio è nascosto nel Santissimo Sacramento e semplicemente sta attendendo che noi scopriamo il segreto della Sua Presenza.”

“Gesù ti attende nel sacramento del Suo Amore”, dice il Papa “quando continua il Suo infinito appello “COSI’ NON AVETE SAPUTO VEGLIARE UN’ORA CON ME?”

Il Papa afferma che:

“Ogni membro della Chiesa deve essere vigilante nel vedere che questo sacramento di Amore sia al centro della vita del popolo di Dio. Essi dovranno riverirlo con la massima adorazione.”

Di conseguenza, il Papa enfatizza che il suo più profondo desiderio per l’intera Chiesa “è che ogni Parrocchia stabilisca l’adorazione perpetua cosicché il Santissimo Sacramento diventi il centro dell’attenzione per tutti quelli che sono innamorati di Cristo.” “Pertanto –dice il Papa– a Cristo verrà reso ‘amore per amore’ e diventa davvero la vita delle nostre anime.”

Adorazione perpetua è quando una Parrocchia ha una cappella, o organizza a parte una piccola stanza per la preghiera che è aperta 7 giorni alla settimana, 24 ore al giorno, con esposizione permanente del Santissimo Sacramento.

Se ciascuno di noi fosse disponibile a spendere un’ora, una volta alla settimana con Gesù, realmente presente nel Santissimo Sacramento, allora potremmo organizzare tutte le ore del giorno e della notte, in una maniera tale che ogni ora sia coperta con almeno una persona con Nostro Signore in ogni momento, in maniera che Egli non sia mai lasciato solo e pertanto la cappella potrebbe essere aperta per chiunque voglia farGli visita.

Quest’ora che Gesù vuole che tu spenda con Lui può essere spesa in ogni modo tu voglia.

Ciò che Egli desidera che tutti conoscano è che Lui è la Persona più facile da accontentare.

Alcuni portano con sé il proprio libro di preghiere, altri pregano il S. Rosario o Gli parlano da cuore a Cuore, mentre altri preferiscono leggere la Sacra Bibbia, alzando di tanto in tanto lo sguardo realizzando che proprio quello di cui stanno leggendo, Gesù di Nazareth, è proprio lì con loro, in Persona.

Gesù è assolutamente la Persona più semplice al mondo con cui stare.

Per esempio, tu potrai essere così stanco o preoccupato ma siediti, rilassati e goditi la pace che scaturisce semplicemente dalla Presenza di Colui che ti ama di più in assoluto, Gesù nel Santissimo Sacramento, che dice: “Gettate tutti i vostri affanni sul Signore che ha cura di voi” (1Pt 5:7),

La mia pace è il Mio regalo per voi.” (Gv. 14:27)

Maria Maddalena semplicemente si sedette ai Suoi piedi e Gesù disse che ella aveva scelto la parte migliore, la cosa necessaria, e ciò semplicemente per aver dedicato il suo tempo a tenerGli compagnia, poiché riconobbe il dono della Sua amorevole Presenza.

“Se semplicemente voi riconosceste il dono di Dio”, Egli disse. (Gv. 4:10)

Perché sulla croce Gesù diventò peccato affinché noi potessimo diventare proprio santità di Dio quando arriviamo alla Sua Presenza, dove nel Suo amore troviamo la nostra sicurezza, la nostra identità e la nostra dignità.

“Se soltanto voi conosceste ciò che Dio sta offrendo”, Egli disse (Gv. 4:10)

Perché Egli diventa povero nel Santissimo Sacramento che quando noi veniamo a Lui Egli ci possa fare ricchi di grazia, facendoci dire con Pietro, “Signore! Come è bello per noi stare qui!” (Mt. 17:4)

Perché ogni momento che passiamo con Lui approfondisce la nostra unione con Cristo e renderà la nostra anima eternamente più gloriosa e magnifica in paradiso, poiché il Santissimo Sacramento è il Nostro Salvatore Risorto con tutta la gloria e la bellezza della Sua Resurrezione che fluisce sopra quelli che vengono alla Sua Presenza, a compimento della scrittura "TUTTI COLORO CHE GUARDANO FISSO IL SIGNORE VENGONO TRASFORMATI DI GLORIA IN GLORIA E RESI PROPRIO AD IMMAGINE E SOMIGLIANZA DI DIO STESSO." (2Cor. 3:18)

“C’è qualcosa di troppo meraviglioso che il Signore può fare?” (Gen. 18:14)

La tua ora di adorazione cambia il mondo. Quando i discepoli portano a Gesù in offerta 5 pani dicendo “Ma cosa è questo per tanta gente?” (Gv. 6:10)

La Sua benedizione viene moltiplicata in una così grande abbondanza che sfama cinquemila persone con 12 canestri avanzati.

Nello stesso modo avviene con la tua ora di adorazione. Il tempo che tu dedichi a stare con Gesù è benedetto da Lui in un modo tale che Lui moltiplica la tua offerta in un’abbondanza di grazie per nutrire quelle persone nel mondo che più hanno bisogno della Sua misericordia.

Il vantaggio di avere l’adorazione perpetua è che, quando una cappella è sempre aperta, è facile trovare un’ora una volta alla settimana per stare con Gesù.

Per favore siate certi che qualunque ora voi sceglierete, al mattino, pomeriggio, sera, o notte del giorno che avrete scelto è quello più gradito al Signore.

Ma devo fare un appello del tutto speciale per le ore della notte tra mezzanotte e le sei del mattino, perché queste sono le ore più difficili per cui trovare i volontari, dal momento che la volontà di tenere compagnia a Gesù per un’ora nel cuore della notte richiede spirito di sacrificio.

Precisamente perché è un sacrificio, Dio ti compenserà cento volte tanto per questo, perché Lui non può venire superato in generosità.

Quando noi siamo generosi con Lui, Lui è generoso con noi cento volte tanto. Quelli che intendono pregare di notte fanno danzare il Sole, e affrettano lo spuntare del Nuovo Giorno, esattamente come le sentinelle di preghiera della notte portarono gli Israeliti fuori dalla schiavitù dell’Egitto nella libertà della Terra Promessa. (Es. 12:42)

A Bethlehem, anche i pastori vegliavano durante la notte in turni quando gli Angeli li invitarono ad andare ad adorare. (Lc. 2:8-9)

Papa Giovanni Paolo II dice, “Come la Scrittura ci ricorda, Gesù passava notti in preghiera. Perciò, siamo generosi nell’andare ad incontrarLo.” Poiché “La Chiesa ed il mondo hanno un grande bisogno di Adorazione Eucaristica.”

Come il Papa spiega: “Solo nella misura in cui la Chiesa, Sposa di Cristo, Lo ama, essa diventerà feconda.”

Attraverso l’adorazione perpetua, la Chiesa è innestata nella Vite, e pertanto diviene feconda, un segno e strumento di intima unione con Dio.

“Anelo ad essere amato nel Santissimo Sacramento” è il semplice messaggio del Suo Cuore, che asserisce teneramente: “Quando vengo esposto, riverso i Miei infiniti tesori di Grazia.”

Sulla croce, Egli fu innalzato in odio.

Attraverso questo sacrificio ed avendo l’esposizione permanente in parrocchia, noi lo eleviamo in amore ed attiriamo sull’intera razza umana tutte le meravigliose grazie che Lui conquistò per noi sul Calvario.

Perché, quando adoriamo ci uniamo con grazie infinite e potenza.. Come la donna nel Vangelo che fece scaturire la potenza di Gesù semplicemente toccandolo con la sua fede, così nello stesso modo operano la fede ed il sacrificio che noi portiamo al Signore in adorazione che fanno scaturire la Sua grazia e la Sua potenza.

Pertanto in adorazione tocchiamo tutto e tutti, perché tocchiamo il Creatore il quale tocca ogni cosa e ogni persona.

Il Papa ci rassicura in questo quando dice, “chiunque... chiunque prega alla presenza del Salvatore trascina l'intero mondo e tutte le persone nel mondo più vicino a Cristo e le innalza al Padre per la Sua Benedizione” perché il Santissimo Sacramento è il Divino Magnete dove Gesù porta a compimento la Sua missione d'amore quando dice: “Quando sarò innalzato attirerò tutti a Me.” (Gv. 12:32)

In questo modo il Papa esclama “Che potenza!” “L'adorazione provvederà alla radicale trasformazione dell'intero mondo” in accordo con la scrittura che dice, “La potenza che ha conquistato il mondo è questa nostra fede.” (1 Gv. 5:4)

Il Papa dice, “Che consolazione!” poiché “la nostra religione è una religione di gloria” mentre ci incoraggia “a rinnovare la nostra speranza nella venuta definitiva del Regno di Dio sulla terra.”

Perché, quando proclamiamo Gesù Re tributandogli la Gloria che è dovuta al Suo nome attraverso l'adorazione perpetua, allora Egli rivendicherà il Suo Regno.

Questo è ciò che la scrittura intende quando dice: “L'Agnello sul trono farà loro da pastore... e Dio asciugherà ogni lacrima” dagli occhi di tutta l'umanità. (Ap. 7:17)

Poiché l'insegnamento della Chiesa è che “il piano di Dio in Cristo è di riprendere l'intero mondo e farne una nuova creazione.”

Questa è l'emozione sentita nel messaggio dell'Angelo a Bethlehem: “Non abbiate paura... ascoltate... vi porto notizie di grande gioia... da condividere con tutte le genti” (Lc 2:10)

Una gioia che rivela il significato completo dell'Incarnazione di Cristo, come proclamata da Giovanni Paolo II quando dice che: “Attraverso la Sua Incarnazione il Figlio di Dio ha unito Se Stesso ad ogni persona” in una maniera tale che “attraverso la Sua potenza ad assoggettare a Se ogni cosa” (Fil. 3:21) l'intera creazione del mondo È DESTINATA AD ESSERE RIASSUNTA NELL'EUCARESTIA” dove tutta l'umanità e la creazione sarà consumata e resa perfetta nel fuoco dell'amore divino in compimento della preghiera di Gesù “Che possano essere Uno” (Gv. 17:21) ed in completamento della Sua promessa, “Vedete... Io faccio nuove tutte le cose” (Ap. 21:5) “così che Dio possa essere tutto in tutti.” (1Cor. 15:28).

FAI RISPLENDERE LA TUA LUCE

Quando il Papa Giovanni Paolo II si recò a S. Louis (Misuri – USA) si indirizzò ai giovani e disse: “Anche se siete giovani il tempo dell’azione per voi è ora! Gesù non vi tiene da parte per dopo, quando sarete più grandi e la vostra formazione sarà completa. Siete pronti per ciò che Cristo vuole da voi ora. Egli vuole che voi, tutti voi, siate una luce per il mondo”.

Come la colomba discese su Gesù al Giordano, il Papa disse: “Voi, proprio voi dovete essere testimoni ferventi della presenza di Cristo nell’Eucaristia”, dal momento che siamo chiamati a fare risplendere la nostra luce dando testimonianza della Sua Presenza oggi. Il Papa disse: “Il Signore Gesù ha piantato la sua tenda tra noi e dalla sua dimora Eucaristica Egli ripete ad ogni uomo ed a ogni donna “Venite a me voi tutti che siete affaticati ed oppressi ed io vi ristorerò”

“Cari giovani il Papa proclamava, adesso è ora ormai di fare risplendere la vostra luce venendo a Lui. Andate ad incontrare Gesù, il Salvatore. Amatelo ed adoratelo presente nel Santissimo Sacramento”. Il Papa spiegava che “La vita è un viaggio di fede e di intimità con il Signore, pertanto noi dobbiamo trovare il tempo ed il desiderio di pregare; in particolare per l’adorazione, poiché Dio è nascosto nel Santissimo Sacramento e non aspetta altro che noi scopriamo il segreto della sua presenza”.

Il Papa ha detto ai giovani: “E’ proprio Gesù che voi cercate quando sognate la felicità. Egli è là che vi attende, quando non c’è più nulla che vi soddisfi”.

Il Papa esclamò poi: “Gesù vi attende in questo Sacramento del suo amore, da dove Egli ripete il suo appello incessante, ‘non siete stati capaci di vegliare un’ora sola con me?’”.

Quest’ora che Gesù desidera che voi passiate con Lui, la si può trascorrere in qualsiasi modo desideriate, un modo è quello di leggere la Bibbia alla sua presenza e semplicemente alzare lo sguardo ogni tanto per rendersi conto che proprio Colui di cui stai leggendo è lì, in persona, con te, come Egli promise: “Ecco io sono con voi tutti i giorni fino alla fine dei tempi”.

Un altro modo è quello di pregare il Santo Rosario alla sua presenza. In questo modo noi uniamo il nostro amore imperfetto con l’amore perfetto di Maria e lo amiamo con il cuore puro di Maria.

Anche noi vogliamo dire insieme con Pietro: “Signore da chi andremo” “questa è la nostra Eucaristia” esclamò il Papa. Questa è la risposta che Cristo desidera da noi, da voi giovani.

Ogni momento che trascorriamo con Lui, cresciamo nell’unione con Lui, permettendoci così di superare un’attitudine negativa con una positiva e piena di speranza.

Quanto peggiori noi ci percepiamo essere, tanto più Gesù vuole che noi andiamo a Lui, poiché Egli ha detto di essere come un medico, il medico divino, che è venuto non per i sani o autosufficienti, ma per i malati ed hanno bisogno della sua Grazia.

Il Papa disse: “Gesù ci ama anche quando lo deludiamo e non corrisponiamo alle aspettative che Egli ha su di noi. Lui ci ama per sempre e mai mancherà di abbracciarci nella sua misericordia”.

E’ facile oggi scoraggiarsi ed andare a cercare l’amore nei posti più sbagliati inseguendo la pace ed il conforto di cose che sono materiali anziché spirituali, quando siamo soli o preoccupati, o ci sentiamo depressi, non c’è posto migliore in cui andare che alla presenza di Gesù, il quale ha detto: “Gettate tutti i vostri affanni”. Oppure potresti desiderare di parlare con Lui, cuore a cuore come si fa con un amico. Un amico è una benedizione che ci fa sentire meglio con noi stessi. Gesù nel Santissimo Sacramento è il nostro migliore amico che ci fa sentire meravigliosamente con noi stessi quando ci mettiamo alla luce del suo amore. Poiché egli ha detto: “Vi ho amato di amore infinito, immutabile è il mio amore per voi” questo è il motivo per cui il Papa disse: “Cari giovani, non abbiate paura, fissate il vostro sguardo in Cristo, ricolmo di tenerezza. Egli desidera offrirvi la sua amicizia nel Santissimo Sacramento in cui Egli ama ciascuno di noi in un modo unico e personale”.

Inoltre il Papa ha affermato che: “ I giovani trovano la loro identità alla presenza di Gesù nel Santissimo Sacramento poiché è lì che noi scopriamo quanto siamo amati e stimati”.

“Tutta la vita interiore ha bisogno di silenzio e di intimità con Cristo affinché possa svilupparsi”.

Il Papa prosegue dicendo: “Questa graduale familiarità con il Signore metterà i giovani in condizione di trovare il vero significato della vita”.

“Anche voi ve ne andate?” Cristo chiese ai suoi discepoli. “Alla presenza di Cristo – dice il Papa – del Signore che ha cura di voi, il timore non serve a nulla, ciò che conta è la fiducia. La mia Pace è il mio regalo per voi”.

Talvolta potresti essere così stanco o affaticato o contrariato da non poter fare altro che andare semplicemente a sederti e rilassarti godendoti la dolce pace che proviene dallo stare con Colui che ti ama di più in assoluto, Gesù nel SS. Sacramento. Ciò che Egli desidera che tutti sappiano è che Lui è la persona più templi nel mondo con

cui stare, assolutamente la persona al mondo più facile da accontentare. Tenergli compagnia semplicemente sedendosi ai suoi piedi come Maria Maddalena, per un'ora quieta di pace e rilassamento è ciò che va sotto il nome di Adorazione Eucaristica.

Egli non si paragona ad una coppa ma ad una fontana traboccante di Grazia per tutti coloro che vengono a Lui nel SS. Sacramento. Per questo motivo il Papa Giovanni Paolo II ha detto: "Sollecito i genitori e i nonni a continuare e raddoppiare i propri sforzi per insegnare alle generazioni più giovani il significato ed il valore dell'Adorazione Eucaristica".

"Come potranno conoscere il Signore – chiese il Papa – se essi non vengono introdotti al Mistero della Sua presenza"?

Per questo motivo, il Papa disse che il suo più grande desiderio e visione della Chiesa è che ogni parrocchia venga ad avere l'Adorazione Eucaristica Perpetua.

Ciò avviene quando una parrocchia ha una cappella aperta 7 giorni alla settimana, 24 ore al giorno, e con l'esposizione permanente del SS. Sacramento. Poiché Gesù ha detto: "Lasciate che i bambini vengano a me", con una cappella sempre aperta diventa facile per chiunque andare a Lui in qualsiasi momento.

Una cappella sempre aperta è un segno delle braccia aperte del Padre che attende e che vuole abbracciare tutti i suoi figli nella presenza Eucaristica del Suo divin Figlio. Una cappella di Adorazione Eucaristica Perpetua è l'immagine delle braccia protese e dell'infinita misericordia del Padre nella parabola del figlio prodigo, proprio come dice il Papa che una parrocchia deve essere: "una casa di accoglienza per tutti", e poiché la Scrittura dice: "la mia casa sarà chiamata casa di preghiera per tutti i popoli". (Is 56,7).

Quando il Papa si rivolse ai giovani a Roma, disse loro: "Quando ritornerete a casa, mettete l'Eucaristia al centro della vostra vita personale, amate l'Eucaristia, adorare l'Eucaristia. Attraverso l'Adorazione Eucaristica Perpetua, rendete l'Eucaristia il centro della vita comunitaria della vostra parrocchia".

Se ciascuno di noi fosse pronto e desideroso di spendere solo un'ora di tempo una sola volta ogni settimana, per tenere compagnia a Gesù, allora potremmo organizzare tutte le ore del giorno e della notte, in maniera tale che ogni ora sia coperta, cosicché Gesù non sia mai lasciato solo ed affinché insieme, come famiglia parrocchiale, possiamo rendere testimonianza della reale presenza di Gesù tra noi.

Una chiesa vuota non rende testimonianza della sua potenza a nessuno; come nemmeno lo fa una chiesa sprangata, una chiesa così non ha nulla da dire al mondo. Ma un luogo di preghiera molto intimo, o una cappella dove ci siano almeno quattro o più persone da noi raccolte in preghiera, in ogni momento del giorno e della notte, rende testimonianza della presenza di Cristo e della potenza della sua risurrezione. Come lo Spirito Santo che discese su Gesù, in forma di colomba, mentre una voce dal Cielo diceva: "Questo è il mio Figlio, l'Eletto" una catena ininterrotta di fedeli che vengono per stare con Gesù, oggi dice al mondo che Gesù è lì per davvero.

Il Papa dice che tutti noi, giovani inclusi, dobbiamo dare una testimonianza missionaria della presenza di Gesù e ciò poiché il mistero eucaristico è, di fatto, il culmine dell'Evangelizzazione, e poiché esso è la più eminente testimonianza della Risurrezione di Cristo.

Come gli amici di Gesù che furono chiamati ad annunciare al mondo che Lui era risorto, noi siamo chiamati ad annunciare a tutti dove oggi dimora il nostro Salvatore risorto.

Il Papa disse che il valore della singola ora di adorazione è così grande che quando ci mettiamo alla presenza di Gesù, noi rappresentiamo quella persona al mondo che ha più bisogno della sua misericordia ed otteniamo la grazia che è necessaria a questa persona, per andare in Paradiso. E' così grande il valore dell'Adorazione!

Ciascuno sulla terra, di fatto, riceve un nuovo effetto della bontà di Dio per ogni ora dell'Adorazione effettuata.

Il Papa spiegò che ogni ora di Adorazione che tu svolgi porta l'intero mondo e tutti del mondo, misteriosamente più vicini a Cristo, dal momento che il SS. Sacramento è il Divino Magnete. E tutto ciò poiché Gesù ha promesso: "Quando sarò innalzato attirerò tutti a me".

Pertanto ciò che il Papa voleva che noi sapessimo, specialmente voi giovani, è che voi potete cambiare il mondo con la vostra ora di adorazione, poiché il Papa disse: "Questo metterà a fuoco il mondo".

Adorazione significa dire grazie a Gesù per tutto ciò che Lui ha fatto per la nostra salvezza. Questa è la ragione per cui la Scrittura dice: "L'agnello immolato è degno di ricevere tutta la gloria, onore e lode".

Adorazione significa dire grazie al Padre, per essere stato come Abramo, nel sacrificare per davvero il suo unico Figlio affinché il mondo potesse essere salvato per suo mezzo. Il vantaggio di avere una cappella sempre aperta è che per venirci tu puoi scegliere una qualsiasi ora del giorno e della notte di un qualsiasi giorno della settimana.

Poiché abbiamo bisogno di persone per tutte le ore, qualsiasi ora tu scelga è molto gradita al Signore, ma devo fare però un appello speciale per le ore della notte tra la mezzanotte e le sei del mattino, poiché queste sono le ore più difficili per cui trovare volontari.

Chiunque sia pronto ad assumersi l'impegno per una di queste ore tarde e più difficili, sarà benedetto dieci volte di più per averlo fatto, poiché Dio non può essere superato in generosità. Ogni qualvolta noi siamo generosi con Dio Egli sarà generoso con noi dieci volte di più, inoltre il sacrificio è il linguaggio dell'amore. Attraverso il perfetto sacrificio di Cristo sulla croce, noi riceviamo il dono dell'amore perfetto, la Santa Eucaristia.

Gesù ha sacrificato il suo corpo, il Padre non vuole che i suoi figli soffrano ancora. Il Padre semplicemente attende che noi diciamo grazie a Suo Figlio, tributandogli l'onore che gli spetta, attraverso l'Adorazione Eucaristica Perpetua, cosicché Egli possa restaurare la terra alla gloria del Paradiso, dove non ci sarà più pena, morte, dolore o pianto.

Dio creò la terra perché fosse un Paradiso e affinché il suo popolo visse nella gioia. La Scrittura dice infatti: "Quando noi proclamiamo Gesù Re, tributandogli la Gloria dovuta al suo nome, attraverso l'Adorazione Eucaristica Perpetua, allora Egli rivendicherà il suo Regno ed adempirà la sua promessa in cui disse: "Ecco, io faccio nuove tutte le cose.

P. Patrick Barry

Nella notte in cui fu tradito...

Nel silenzio della notte eterna, Dio creò l'universo e la Luce fu! E' un'esperienza grande il potersi soffermare, in un rapporto personale con il Dio creatore e lasciarsi avvolgere dal suo amore infinito e lasciarsi rigenerare da lui, immersi nella sua luce senza tramonto. L'umanità ancora vaga nelle tenebre, in cerca di Dio ed ha bisogno di sentinelle della notte che attendano vigilanti l'alba di un nuovo mattino, adorando Colui che è la luce senza tramonto e collaborino alla creazione di un mondo nuovo, rigenerato dal trionfo di Cristo.

Nella notte di Ur dei Caldei, Abramo, l'amico di Dio, fissò il suo sguardo nel cielo, contemplò le stelle e sognò con il Dio fedele la discendenza, frutto della promessa e di un'alleanza che gli adoratori della notte afferrano ancora nelle mani, alzate per la preghiera di fronte alla stella del nuovo mattino, che illumina nel silenzio dell'Eucaristia.

Nella notte del Sinai, Mosè, scelto a guida del popolo santo di Dio, ricevette tra lampi e tremore della terra le tavole dell'alleanza e poi sparse il sangue degli agnelli per ratificarla, nell'adunanza d'Israele. Nell'adorazione della notte chi prega riceve ancora le tavole di un'alleanza eterna stabilita per sempre nel sangue dell'Agnello.

Nella notte della Pasqua, il popolo di Israele ha celebrato la vittoria, ha spezzato i pani azzimi, ha immolato l'agnello, ha sparso il suo sangue, a difesa dei suoi primogeniti, chi veglia nella notte, adorando l'Agnello presente negli azzimi dell'Eucaristia, ancora oggi difende il mondo, con la sua umile preghiera e col sangue dell'Agnello.

Nella notte di Bethlehem la Vergine diede al mondo il Salvatore, schiere celesti ed aspri pastori con greggi vegliarono e resero onore al Signore della Vita, fattosi Figlio dell'Uomo, ignari i potenti. Chi adora nella notte, rende onore ancor oggi al Figlio dell'Uomo, presente nel Pane Eucaristico e, ignari i potenti, con le schiere celesti da gloria al Re della Gloria.

Nella notte in cui fu tradito egli prese il pane, rese grazie, lo spezzò e lo diede ai suoi discepoli e disse: "prendete e mangiatene tutti"... L'Eucaristia è stata istituita di notte, è bello soffermarsi nel silenzio della notte a contemplare ed adorare questo mistero. Ancora nella notte dell'umanità Cristo si fa Pane per sfamarci, rinnovando il mistero di quella moltiplicazione, in cui sfamò le folle affamate, ma non trova mani sollevate al cielo per la preghiera, disposte ad accogliere il dono, per distribuirlo ancora alle folle del nostro tempo.

Giuda tradì nella notte, anche i nostri tradimenti avvengono nella notte del nostro spirito, quando troviamo altre vie che ci allontanano dal Figlio dell'uomo ed escono fuori dalla sua presenza, vinti dall'idolatria del denaro anche noi troviamo altre vie che ci allontanano dalla **Via**. Chi adora nella notte ripara ai molti tradimenti ed allontanamenti dell'umanità dall'Amore che salva e riconduce gli erranti a Colui che è la **Via**, vincendo la nuova idolatria del denaro.

Gesù, uscito nell'orto degli ulivi chiese ai suoi di vegliare e pregare per non cadere in tentazione, ma tornando da loro li trovò addormentati e si lamentò che non avessero saputo vegliare con lui nemmeno per un'ora. Così noi vogliamo offrire quell'ora per stare in compagnia del Signore mentre agonizza nella notte e suda ancora sangue per noi, vaganti nelle tenebre del male. Ed egli colmerà dei suoi doni tutti gli oranti della notte che si faranno mediatori della redenzione che sgorga dal suo sangue versato per amore.

Nella notte in cui Gesù si consegnò nella mano dell'uomo e frenetica corse la folla a condannare il Dio dell'amore, la sofferenza più grande fu l'abbandono degli amici, il loro rinnegamento, chi veglia nella notte si unisce alla solitudine immensa del Dio d'amore fattosi Figlio dell'Uomo e con lui vive l'agonia di quel dramma, portando il peso di ogni dramma che si consuma nella notte di ogni uomo.

Nella notte che Gesù trascorse in catene, in attesa di un ingiusto giudizio dell'uomo, non trovò chi lo affiancasse e portasse il peso di quelle catene con lui. Chi adora nella notte sostiene il peso delle catene del Figlio dell'uomo

Le attività umane non si fermano mai, né di giorno né di notte, i servizi di prima necessità operano incessantemente ventiquattro ore al giorno, ospedali farmacie, servizi pubblici, i servizi di pubblica sicurezza, di vigilanza notturna. Un'attività frenetica si svolge di giorno e di notte, sia nel bene che nel male...

Molte persone rientrano nelle loro famiglie solo a tarda sera, a conclusione del loro lavoro, pertanto non trovano, anche se lo vogliono, alcuno spazio per custodire la loro interiorità, le chiese sono chiuse! La vita pastorale si ferma, anche se il cuore dell'uomo non si ferma mai!

Durante le pause di sosta delle attività lavorative sarebbe bello trovare luoghi di silenzio nei quali recuperare se stessi confrontandosi con Dio. Ma purtroppo le chiese chiudono i loro battenti e non si trova alcuno spazio per soddisfare questa necessità.

Nelle lunghe notti insonni per tanti non c'è alcuno spazio per fare verità nel proprio cuore e trovare riposo spirituale, mentre gli altri dormono.

Ci sono molte persone che si sentono chiamate alla preghiera proprio nelle ore della notte, fra le due e le tre del mattino, sono ore ricche di grazia, sono ore fruttuose, in cui l'incontro con Dio ha un'efficacia indicibile.

I monaci delle religioni di tutto il mondo, hanno una chiamata nella notte, tra le due e le tre, a vegliare e pregare per salutare il giorno che nasce e combattere la battaglia spirituale tra il bene ed il male.

La malattia vede risolversi la sua crisi proprio nella notte tra le due e le tre sia nel miglioramento, che nella guarigione completa, oppure con la morte ed il passaggio alla vita eterna. Le nascite di notte avvengono proprio in quelle ore, in cui la vita riacquista nuovo vigore e l'orologio biologico dell'intera creazione ridesta le creature immerse nel sonno.

Le notti nelle nostre città sono sempre più corte, l'illuminazione delle vie e delle piazze rende luminosa anche la notte, per questo, oltre alle luci artificiali abbiamo bisogno della luce vera, quella che illumina ogni uomo: Cristo, presente nell'Eucaristia.

QUANDO ENTRO ALLA PRESENZA DEL MIO SIGNORE

“Quando per la prima volta sono entrato in una chiesa con l’adorazione, sono stato colpito dal senso di serenità e di pace che si respirava. Mi sono guardato intorno ed ho visto le persone, come fossero assorti e rapite da una presenza invisibile ma reale, che tutte le assorbiva. C’era chi leggeva il suo libretto di preghiera, seduto compostamente nel suo posto. C’era chi fissava l’Ostia Santa, esposta nell’ostensorio, illuminata dalla tremula luce delle candele. C’era chi lasciava scorrere tra le dita il suo Rosario e muoveva impercettibilmente le labbra in una instancabile preghiera. C’era chi in piedi a distanza alzava le sue braccia col viso estatico e sembrava innalzarsi nelle vette della contemplazione. Ho visto anche chi, con gli occhi rossi e le guance rigate di lacrime, viveva un’esperienza di particolare commozione e sembrava sensibilmente toccato dalla Grazia di Dio. Una giovane donna giaceva bocconi sul pavimento nelle immediate vicinanze dell’altare dove era esposta la SS. Eucaristia ed in silenzio sembrava immergersi nella luce che emanava dal Dio nascosto. C’era anche chi, con un grande sorriso, sembrava parlare con l’invisibile presenza di Qualcuno...”

Ecco la testimonianza molto eloquente di una persona, che mette in risalto molti modi diversi di vivere l’esperienza dell’Adorazione Eucaristica. Ognuna delle figure che la testimonianza indica, esprime una modalità diversa di preghiera ed anche uno stato d’animo particolare. Tante persone diverse, ma ciascuna in una stretta relazione con Dio, presente realmente nell’Eucaristia, ai quali Egli parla, con i quali stabilisce un rapporto, ai quali ispira un modo diverso di preghiera. Ognuno di essi ha una sua valenza ed ognuno rispetta la diversità, lo stato d’animo particolare, il momento della vita che ogni individuo sta attraversando.

SALUTO INIZIALE

Quando entri nella cappella o nella chiesa per trascorrere il tuo tempo di adorazione Eucaristica, *genufletti* (facendo leva sulla gamba sinistra, poggia il ginocchio destro a terra), oppure *prostrati* (alla maniera orientale ed ortodossa, piega il busto in avanti fino a poter sfiorare con la mano destra a terra) e poi segnati col *segno della croce*: questo è il saluto iniziale. Quando ti rechi al banco non metterti subito seduto, ma resta qualche istante in ginocchio per *raccoglierti* e per ricordare a te stesso che sei alla presenza di Dio.

METTERSI ALLA PRESENZA

Quando hai acquistato tranquillità è importante che tu ti metta fisicamente a tuo agio, che deponga eventualmente la tua borsa, e tutto ciò che ti ingombra addosso, ma anche che lasci alla porta della cappella ogni fonte di distrazione, ansia, affanno, perché tu possa godere della presenza del Signore. Puoi portarti un piccolo quaderno in cui annotare su una pagina tutte le *distrazioni* ossia tutte le cose che ti ricordi che hai da fare, annotandole libererai la mente e quindi non dovrai affannarti a pensare, inoltre alla fine della preghiera le troverai in ordine di importanza decrescente, cominciando dalle prime alle ultime le troverai in fila pronte ed organizzate per non farti perdere tempo. Dall’altra parte, annota nel quaderno i *ricordi*: ti verranno in mente le persone da perdonare, le cose per cui chiedere perdono: dedica un po’ di tempo per questo... il Signore ti darà in cambio tanta pace ed un grande peso si solleverà dal tuo cuore, lasciandoti la serenità. Ti accorgerai che vi sono cose, che forse non hai mai confessato, delle quali maggiore senti il peso, annotale, appena puoi rivolgiti ad un Sacerdote e confessale per ottenere il *perdono sacramentale*, inoltre, se vuoi camminare nella santità, anche se non hai pesi gravi da portare in cuore, magari una volta al mese o più spesso accostati al Sacramento della Misericordia di Dio.

SAPER RINGRAZIARE

Ti rammenterai poi delle tante ragioni per cui dire il tuo *grazie* a Dio e gioire per la sua bontà e grandezza, soffermati a farlo senza fretta, assapora questa preghiera di *lode e ringraziamento*, esprimi la tua gratitudine verso Dio, quanto poche persone si fermano a dire grazie a Dio. Puoi ringraziare per le cose semplici della vita, delle gioie o anche dei dolori che poi Dio ti ha trasformato in gioia, delle cose incomprensibili che nel tempo

hanno acquisito un senso, alla luce della tua storia e dell'Amore di Dio. Così imparerai anche a *ringraziare in fede*, cioè a saper dire grazie anche nel dolore, anche nelle contraddizioni e contrarietà della vita. Tu ora non capisci il perché, ma Dio è padre e non permetterà mai una cosa che non sia per il tuo bene o che non nasconda un bene più grande del male. Loda Dio per la sua bontà, sapienza, per il creato e per tutto quello che ti viene in mente, senza fretta e senza vergogna, puoi aiutarti con qualche salmo di lode e benedizione (nella Bibbia verso la metà trovi il libro dei Salmi, alcuni cominciano con le parole "**loda(te) il Signore...**", **benedici(dite) il Signore...**") aiutati con essi a pregare.

ORA INVOCA LO SPIRITO SANTO

Quando la tua lode sembra lasciare il posto alla presenza dell'Ospite dolce dell'anima, come viene definito lo Spirito Santo, invocalo, chiamalo, chiedigli di venire in tuo aiuto, dicendogli: "Vieni Spirito d'Amore, riempiami, insegnami a pregare, perché senza di te non so cosa sia conveniente chiedere, come rivolgermi a Dio". Se conosci un canto allo Spirito, se ne hai la possibilità e non disturbi altre persone, cantalo a bassissima voce: Egli ti darà il segno della sua presenza e ti disporrà alla preghiera. Al termine del canto, se il Signore ti ha concesso il *dono delle lingue*, puoi usarlo per pregare in spirito.

INTERCESSIONE E PREGHIERA

Ti suggerirò se devi tornare a lodare, chiedere perdono, *intercedere* (cioè pregare) per qualcuno: anzi potrebbe darsi che ti tornassero in mente tante persone alle quali non pensavi, che ti venisse davanti agli occhi la figura di qualcuno che non conosci, non spaventarti, perché a volte il Signore ci fa anche pregare per quelli che non conosciamo e ce ne dà un volto davanti agli occhi, o nella mente. Ti possono venire alla mente situazioni dell'umanità in cui il male sembra avere la meglio, fatti di dolore, drammi, eventi catastrofici, ingiustizie, guerre... dedica tempo, senza fretta per ciò di cui il Signore ti chiede di occuparti. Se qualcuno ti aveva chiesto di ricordarlo nella tua preghiera, questo è il momento adatto. Se ti hanno proposto delle intenzioni per cui pregare, presentale ora a Dio. Egli ti ascolta e ne vedrai poi i risultati e se anche non li vedi sappi che Dio ti ha ascoltato ed agirà senza dubbio nella sua sapienza infinita. Puoi riprendere ad utilizzare il *dono delle lingue*, per rendere più efficace la tua preghiera.

ALTRE FORME DI PREGHIERA

Ora se vuoi puoi utilizzare altre forme di preghiera:

Leggere passi della Bibbia e soffermarti nel momento in cui qualche parola o versetto *emerge dal testo* e quindi assaporarli lentamente come fossero cibo delizioso, puoi anche ripeterli lentamente ed annotarli e magari tornare a ripeterli per il resto della giornata e in altri giorni successivi.

Ripetere come una litania il nome di Gesù magari con una espressione come: "Signore Gesù, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore", fino a quando ciò posa entrare nel respiro e ritmare i battiti del tuo cuore (preghiera del cuore).

Pregare il Rosario, cioè in compagnia della Madre di Dio, meditare i misteri della nostra Salvezza, dedicando ogni mistero ad una particolare intenzione comune ad altri, o magari suggerita in quel momento da ispirazioni interiori, o da richieste di altri.

Pregare con i Salmi o con la Liturgia delle Ore, in comunione con tutta la Chiesa universale, diventando lode con la Parola di Dio santa ed eterna. In unione con tanti altri battezzati, sposati, o consacrati, giovani, o adulti, insomma unendo la tua voce a quella del mondo intero, pregando come Gesù.

Utilizzare libri, o forme devozionali e tradizionali che fanno parte del patrimonio della fede cattolica, ispirata dai santi, riscoperte anche recentemente: come le novene, come litanie e giaculatorie (**iaculum=freccia**) con cui rivolgersi a Dio.

LA PREGHIERA DI GESÙ

Concludi con la preghiera del *Padre nostro* e poi segnati col segno della croce e genuflettendo lascia la cappella.

ADORAZIONE GIORNO E NOTTE
scheda d'iscrizione

Rispondo alla chiamata: *“Il Padre cerca adoratori che possano adorarlo in spirito e verità”* (Gv. 4) e desidero impegnarmi personalmente con Gesù, realmente presente nel SS. Sacramento dell'Eucaristia, esposto in questa chiesa, per adorarlo con fedeltà, un'ora la settimana, da ora in poi:

Cognome nome.....

Telefono..... Cellulare.....

1) Barra il quadratino che **precede** il **giorno** e l'**ora** che preferisci:

Lunedì Martedì Mercoledì Giovedì Venerdì Sabato Domenica.

0-1 1-2 2-3 3-4 4-5 5-6 6-7 7-8 8-9 9-10 10-11 11-12 12-13

13-14 14-15 15-16 16-17 17-18 18-19 19-20 20-21 21-22 22-23 23-24

2) Se desideri cooperare ad organizzare l'Adorazione Perpetua, barra il quadratino

Firma_____

ADORAZIONE GIORNO E NOTTE
scheda d'iscrizione

Rispondo alla chiamata: *“Il Padre cerca adoratori che possano adorarlo in spirito e verità”* (Gv. 4) e desidero impegnarmi personalmente con Gesù, realmente presente nel SS. Sacramento dell'Eucaristia, esposto in questa chiesa, per adorarlo con fedeltà, un'ora la settimana, da ora in poi:

Cognome nome.....

Telefono..... Cellulare.....

1) Barra il quadratino che **precede** il **giorno** e l'**ora** che preferisci:

Lunedì Martedì Mercoledì Giovedì Venerdì Sabato Domenica.

0-1 1-2 2-3 3-4 4-5 5-6 6-7 7-8 8-9 9-10 10-11 11-12 12-13

13-14 14-15 15-16 16-17 17-18 18-19 19-20 20-21 21-22 22-23 23-24

2) Se desideri cooperare ad organizzare l'Adorazione Perpetua, barra il quadratino

Firma_____

RESPONSABILE DI FASCIA ORARIA

PROGRAMMA PER LA NOTTE

(24-6)

Nome _____

Telefono _____

COORDINATORE ORARIO	GIORNO-ORA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
1.	0 – 1							
2.	1 – 2							
3.	2 – 3							
4.	3 – 4							
5.	4 – 5							
6.	5 – 6							

RESPONSABILE DI FASCIA ORARIA

PROGRAMMA PER LA MATTINA

(6-12)

Nome _____

Telefono _____

COORDINATORE ORARIO	GIORNO-ORA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
7.	6 – 7							
8.	7 – 8							
9.	8 – 9							
10.	9 – 10							
11.	10 – 11							
12.	11 – 12							

RESPONSABILE DI FASCIA ORARIA **PROGRAMMA PER IL POMERIGGIO**

(12-18)

Nome _____

Telefono _____

COORDINATORE ORARIO	GIORNO-ORA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
13.	12 – 13							
14.	13 – 14							
15.	14 – 15							
16.	15 – 16							
17.	16 – 17							
18.	17 – 18							

RESPONSABILE DI FASCIA ORARIA

PROGRAMMA PER LA SERA (18-24)

Nome _____

Telefono _____

COORDINATORE ORARIO	GIORNO-ORA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
19.	18 - 19							
20.	19 - 20							
21.	20 - 21							
22.	21 - 22							
23.	22 - 23							
24.	23 - 24							

COORDINATORE ORARIO:

Nome _____

Telefono _____

ORA: _____

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
H - 1	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel
H	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel
H + 1	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel	Nome Tel

N.B. Ogni adoratore deve conoscere il numero di telefono del suo coordinatore di ora o del suo coordinatore di fascia oraria, deve essere istruito su cosa fare se ha bisogno della sostituzione.

- a) Innanzitutto deve contattare l'altro adoratore che condivide la sua stessa ora per sapere se comunque sarà presente.
- b) Poi deve trovare tra i suoi amici o familiari un sostituto e comunicare il nome al coordinatore di ora.
- c) Se non trova nessuno chiede aiuto al coordinatore di ora, che a sua volta cercherà tra gli adoratori dell'ora che coordina, in uno dei giorni, oppure nell'ora precedente o seguente.
- d) Se non trova ancora nessuno si rivolge al suo coordinatore di fascia oraria.

