

## ADORAZIONE EUCARISTICA NEL TEMPO DI PASQUA

*a cura dell'Ufficio Liturgico Nazionale*

# Resta con noi, Signore

### CANTO DI ADORAZIONE

Durante il canto si espone l'Eucaristia

### INTRODUZIONE

#### Guida

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

#### Tutti

**Amen.**

#### Guida

Grazia e pace in abbondanza a tutti voi che siete in Cristo.

#### Tutti

**E con il tuo Spirito.**

#### Guida

Siamo davanti all'Eucarestia che per noi è ancora e sempre il dono consegnato da Cristo. Sulla tavola dell'ultima cena era anticipazione profetica della morte e risurrezione del Signore, sulle nostre mense, è memoriale della sua Pasqua e partecipazione al Regno. Da questo Pane frutto della terra e del lavoro dell'uomo, cotto dal fuoco dello Spirito e reso nutrimento di Vita nuova, attingiamo la forza necessaria per rinnovare la nostra storia, custodire il creato, rafforzare la comunione tra noi e testimoniare l'Amore nel mondo.

Mediteremo il racconto dei due discepoli di Emmaus.

La nuova vigna, che il Padre cura con amore, siamo noi, battezzati in Cristo. La nostra vita ha gusto di pienezza se saremo uniti a Lui nella fedeltà al nostro battesimo, con l'aiuto della Parola e dell'Eucarestia e con la testimonianza di un autentico amore fraterno. Preghiamo gli uni per gli altri, rendiamo grazie al Signore Gesù per l'offerta della sua vita, camminiamo insieme come Chiesa, da figli e fratelli, finché venga il Regno del Padre.

### PREGHIERA

#### Guida

Spirito santo, fuoco d'amore, infiamma i nostri cuori perché possiamo adorare il nostro Signore che si dona con tutto sé stesso per la nostra salvezza e redenzione. Benedetta la sua offerta.

#### Tutti

**Amen.**

### ASCOLTO

#### Lettore

**Dal Vangelo secondo Luca (24,13-35)**

Ed ecco, in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio di nome Emmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto. Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. Ed egli disse loro: "Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?". Si fermarono, col volto triste; uno di loro, di

nome Clèopa, gli rispose: “Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?”. Domandò loro: “Che cosa?”. Gli risposero: “Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l’hanno visto”. Disse loro: “Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?”. E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: “Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto”. Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. Ed essi dissero l’un l’altro: “Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?”. Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: “Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!”. Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l’avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

## PER LA RIFLESSIONE

La presente riflessione, come la seguente, va letta lentamente, facendola precedere e seguire da ampi spazi di silenzio, che permettano l’interiorizzazione della Parola ascoltata e la preghiera personale

L’episodio, narrato nel Vangelo di Luca, è icona della speranza ritrovata e che sembrava smarrita. È il racconto dei due discepoli che, impauriti, fuggivano da Gerusalemme e, più ancora, desolati, credevano conclusa nel sepolcro la storia vissuta con Gesù.

Lo avevano seguito, forse fino a lasciare tutto: in Lui avevano trovato la ragione della vita o, almeno ne avevano intuito la misteriosa grandezza, ancora tutta da scoprire e svelare.

Quando si ama veramente una persona e questa scompare, subentra un senso di perdita, rimane la percezione di un posto vuoto, che fa male, tanto male. Possiamo immaginare questi due discepoli, incamminati verso Emmaus, lontano da dove era avvenuta la tragica morte del Maestro.

Improvvisamente Gesù si fa loro compagno lungo il cammino, accanto a loro nella tristezza che li mette in fuga: ««Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?» Si fermarono con il volto triste e uno, di nome Clèopa, gli disse: «Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?». Gesù domandò: «Che cosa?». Gli risposero:

«Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo» ... ed essi raccontano a Gesù quello che era accaduto.

“Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?”, è la risposta del viandante non ancora riconosciuto. E con amore Gesù “cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui”.

Giunto il momento in cui i due decidono di fermarsi, vedendo che il pellegrino, che aveva fatto strada con loro, aveva intenzione di proseguire, gli rivolgono quell’invito che è diventato, da allora, il nostro stesso invito a Gesù, perché non ci lasci mai: “Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto”. E Gesù “entrò per rimanere con loro” e si rivelò con un gesto di amore, eloquente e squisito quanto il gusto stesso del pane che prese di nuovo tra le sue mani, come la sera che consegnò sé stesso. Infatti, “quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo

spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista”.

A Emmaus non solo si è definita una delle più belle pagine del Vangelo, ma si è rivelata ancora tutta la tenerezza di Dio che cammina a fianco dell'uomo che ha fame e sete del Bene, di Verità, d'Amore.

Anche oggi molti hanno come l'impressione che Dio li abbia abbandonati. Alcuni pensano che sia meglio o possibile fare a meno di lui, tanti altri lo preferirebbero lontano così da essere meno esigente. Chiedersi se il mistero di Dio con noi ha qualche relazione con il mistero che noi siamo, in realtà interessa tutti e interpella ciascuno.

Tutti abbiamo bisogno di aiuto, abbiamo bisogno di una compagnia altra, la compagnia dei fratelli e delle sorelle nella fede, la compagnia di Dio che si accosta, a volte senza farsi riconoscere e, come Gesù con i due di Emmaus, ci rivolge la Parola.

Come sarebbe bello se, soprattutto quando c'è la tristezza del fallimento, come accadde ai due di Emmaus, ci sentissimo amici in ricerca!

Gesù ha detto: “Dove due o più sono uniti nel mio Nome, Io sarò in mezzo a loro”. Torniamo a gustare nel pane la delicatezza di Gesù che si accosta, ascolta le nostre paure e i nostri dubbi, raccoglie gli sfoghi di un'umanità stanca e attanagliata dalla tristezza, dalle violenze e dal peccato. Sentiamo rivolto a noi lo stesso monito: “Stolti e lenti di cuore...”.

Apriamo la mente e il cuore alla parola dei profeti. E, alla fine, a confermare la bellezza di quella compagnia scoperta e gustata, ripetiamo ancora quell'invito: “Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto”.

Il Signore resta con noi e si manifesta nella Parola e nel Pane della Vita, Sacramento dell'Amore. Parola ed Eucaristia: due strade maestre perché si aprano i nostri occhi e vedano il Signore che cammina con noi, che vive in noi!

Il racconto dell'Evangelo insegna a noi come farsi vicini a chi soffre, o dubita, non spera più, in un rispettoso dialogo, in un autentico ascolto delle ragioni e dei sentimenti, delle tristezze e delle delusioni e, quindi, accogliere nei racconti ascoltati la vita dell'altro, e testimoniare nella condivisione del pane spezzato la nostra solidarietà con i tutti. Quanta attualità c'è a Emmaus! Anche per noi!

## PREGHIERA

### Guida

Preghiamo insieme con le parole di santa Teresa di Calcutta:

### Tutti

**Gesù mio, aiutami a diffondere la tua fragranza ovunque io vada.**

**Infondi il tuo spirito nella mia anima e riempila del tuo amore,**

**affinché penetri nel mio essere in modo così completo**

**che tutta la mia vita possa essere soltanto fragranza e amore**

**trasmesso tramite me e visto in me,**

**e ogni anima con cui vengo a contatto possa sentire la tua presenza nella mia anima,**

**e poi guardare in su e vedere non più me, ma Gesù.**

**Resta con me, e io comincerò a brillare della tua luce.**

**A brillare per essere una luce per gli altri.**

**La luce, Gesù mio, sarà la tua, non verrà da me,**

**sarà la tua luce che brilla sugli altri attraverso me.**

**Lascia che ti rivolga le mie preghiere nel modo che più ami,**

**spargendo la luce su quelli che mi circondano.**

**Lasciami predicare senza predicare, non con le parole, ma con l'esempio.**

**Con la forza che attrae e l'influsso di quello che io faccio.**

**Con la pienezza dell'amore che ho per te nel mio cuore. Amen.**

## CANTO

### ASCOLTO

Letto

#### **Dal Vangelo secondo Matteo (28,16-20)**

Gli undici discepoli, intanto, andarono in Galilea, sul monte che Gesù aveva loro indicato. Quando lo videro, si prostrarono. Essi però dubitarono. Gesù si avvicinò e disse loro: “A me è stato dato ogni potere in cielo e sulla terra. Andate dunque e fate discepoli tutti i popoli, battezzandoli nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo, insegnando loro a osservare tutto ciò che vi ho comandato. Ed ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo”.

### RIFLESSIONE

La fatica e i dubbi dei due discepoli di Emmaus sono gli stessi di tutti gli altri discepoli che dubitarono e continuano a dubitare.

Durante il cammino si parla. Spesso ci si lamenta, si condividono le incertezze e anche le critiche. Tante volte la tristezza è palpabile, la delusione e l'amarezza sono profonde, insostenibili, terribili. C'è un crescendo nel parlare: dallo sfogo lamentoso fino al dibattito acceso, alla vera e propria discussione con gli altri e anche con Dio.

Il Signore non ci vuole indifferenti, domanda che ci lasciamo coinvolgere nella riflessione, ci chiede di indagare. È rispettoso e discreto, e ci considera capaci di conoscere, ci chiede di essere audaci nell'interrogare, ma anche nell'interrogarci. Non ci vuole però ripiegati sulle nostre emozioni e sul nostro dolore. Il problema è la vista interiore fioca dei due discepoli. Vista fioca, quasi cieca, perché tutta ripiegata su sé stessa, e sul proprio dolore. Il problema non è l'assenza di Dio, ma la nostra incapacità nel riconoscerlo, la nostra miopia e durezza di cuore. Concentrati su noi stessi, sui nostri problemi, non siamo in grado di riconoscerlo mentre cammina accanto a noi. E ci ripete: “Ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo».

Anche Dio accetta di cambiare, di adeguarsi; abbandona la rassicurante eternità, la perfetta autosufficienza, l'immobilità beata e si sporca le mani, cammina, si mette in viaggio. Un viaggio molto lungo quanto l'incarnazione: dall'eternità alla finitudine, dal divino all'umano. Per amore. E l'amore, sempre, è in movimento.

Sulla via per Emmaus Clèopa parla; si capisce che è stato un discepolo della prima ora, un buon discepolo. Si capisce che, come Tommaso, lui nel Rabbì ci ha messo il cuore, ha creduto, ha sognato. Si capisce che quei due come gli altri discepoli sono lontani dalla mediocrità, da un'appartenenza convenzionale, dalla tiepidezza di un rapporto che non li coinvolge. Eppure, Clèopa pronuncia la frase più triste dell'intero Evangelo: “Noi speravamo...”. Quasi a dire: che idioti, ci abbiamo creduto. Come abbiamo fatto ad essere così ingenui? Come abbiamo potuto sperare e farci ingannare?

Nel dolore, la delusione è al primo posto. È un dolore sordo, che suscita rabbia, che aggiunge alla sofferenza il dubbio dell'inganno, che ci rimette in discussione fino nel profondo, ci destabilizza lungamente, impedendoci di riprendere coraggio, di avere fiducia, di nutrire speranza,

Non è quanto stanno vivendo anche tanti di noi, discepoli oggi? Delusioni, perdite, speranze infrante. Proprio lì, in fondo, alla soglia dell'annientamento, Dio ci ascolta e ci aspetta, vuole ancora camminare con noi. Ci aspetta: è stato così ultimo, dice Charles de Foucauld, che nessuno, mai, gli potrà rubare il posto.

I due, come gli altri, come noi, sono sconcertati, la paura e il dolore ancora impediscono loro di convertire definitivamente il cuore.

Gesù, sorride, li saluta. “Ma come, te ne vai già? Resta, è buio, fermati”. Il Signore si ferma, per restare con loro. E con noi. In loro. E in noi.

E ci rimette in cammino: “Andate, dunque, e fate discepoli tutti i popoli, battezzandoli nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo, insegnando loro a osservare tutto ciò che vi ho comandato”.

E quei due, come gli altri, partirono senza indugio.

Si scalda il cuore ai tiepidi discepoli, al sapore della Parola e al gusto del Pane. Parola donata e pane

spezzato che domandano di essere condivisi. Parola che ha il profumo dell'ascolto e dell'annuncio, Pane che ha il sapore della comunione e la fragranza dell'amore.

Il tepore divampa e diventa fuoco incontenibile.

È successo forse anche a noi, a molti. La Parola si insinua e inquieta, ci apre e ci interpella, ci indica la verità di noi stessi. E più troviamo argomenti contrari a questa verità che avanza, più i nostri granitici pregiudizi vacillano, scricchiolano, fino ad arrenderci.

Il fuoco, ora, divampa. È il fuoco dello Spirito che riscalda, illumina, brucia, ridona la fede, alimenta la speranza, sostiene la carità. È fuoco che fa di questo Pane nutrimento di Vita nuova per noi e per il mondo.

## PREGHIERA

### Guida

Preghiamo insieme

### Tutti

**È bello, Signore Gesù,  
vedere la tua mano che rialza da terra,  
che rimette in piedi, che ci riporta a una nuova dignità. Grazie perché sei qui e ti fai nostro  
compagno di viaggio.**

**Gli uomini erano abituati a guardare verso il cielo per cercare di raggiungerti:  
ma tu ti sei fatto vicino, sei il Dio con noi, l'Emmanuele, perché tutti ti possano trovare.**

**Gli uomini cercavano di guadagnarsi in qualche modo la tua stima, il tuo aiuto:  
ma tu ti sei fatto vicino, per primo ci vieni incontro, sorridente, misericordioso, pieno di  
Amore.**

**Tu, Signore Gesù,  
sei la mano di Dio tesa a tutti coloro che la vogliono afferrare. Ora ti vogliamo incontrare,  
desideriamo stare con te.**

**Non permetteremo che tu rimanga  
sulla soglia della nostra casa, mendicante di amore. Rimani con noi, Signore, ora che il giorno  
declina!**

**Rimani con noi, Signore, prima che scenda la sera! Rimani con noi, Signore!**

## BREVE RIFLESSIONE

## PREGHIAMO

### Guida

Signore Gesù, sostenuti dal tuo Pane di Vita, vogliamo camminare con te e con tutta la Chiesa, perché la costruzione del tuo Regno divenga la nostra passione. Aiutaci ed esaudisci le nostre preghiere.

### Tutti

**Signore, Pane di Vita nuova, ascoltaci.**

### Lettore

Per il nostro Papa, Francesco, il nostro Vescovo, N., il nostro parroco, N., tutti i presbiteri, i diaconi e le comunità che hai loro affidato, perché non manchi al gregge la sollecitudine dei pastori e al pastore la docilità del gregge. Preghiamo.

### Tutti

**Signore, Pane di Vita nuova, ascoltaci.**

### Lettore

Per tutti i membri del popolo di Dio, perché ciascuno sia fedele alla propria vocazione e secondo il

proprio carisma e ministero, cammini con gli altri diffondendo il buon profumo della carità. Preghiamo.

**Tutti**

**Signore, Pane di Vita nuova, ascoltaci.**

**Letto**

Per tutti noi, perché l'ascolto della Parola di Dio, nella liturgia e nella preghiera comunitaria e personale, sia il luogo in cui ciascuno scopre ed accoglie il progetto di Dio nella sua vita. Preghiamo.

**Tutti**

**Signore, Pane di Vita nuova, ascoltaci.**

**Letto**

Per i missionari del Vangelo, perché sorretti dalla forza dello Spirito, annuncino la speranza e suscitino dovunque collaboratori generosi per continuare l'opera affidata da Cristo ai suoi discepoli. Preghiamo.

**Tutti**

**Signore, Pane di Vita nuova, ascoltaci.**

**Letto**

Per tutti i laici chiamati a collaborare con il Maestro per trasformare il mondo con il suo amore, perché nella città terrena siano lievito di giustizia, di fraternità e di pace. Preghiamo.

**Tutti**

**Signore, Pane di Vita nuova, ascoltaci.**

**Guida**

Il Signore ci ha donato il suo Spirito, con la fiducia e la gioia dei figli diciamo insieme:

**Tutti**

**Padre nostro...**

## CANTO DI ADORAZIONE

### PREGHIERA

**Guida**

Signore Gesù,

tu ci hai chiamati a seguirti

per portare a tutti gli uomini il Vangelo della salvezza.

Noi vogliamo rinnovare davanti a Te la nostra disponibilità. Tu donaci la grazia di perseverare.

Ti preghiamo, conservaci nel tuo amore ora e per tutti i giorni della nostra vita. Tu sei Dio e vivi e regni con Dio Padre, nell'unità dello Spirito Santo,

per tutti i secoli dei secoli.

**Tutti**

**Amen.**

## BENEDIZIONE EUCARISTICA

### ACCLAMAZIONI

### CANTO FINALE