



## ADORAZIONE EUCARISTICA

### “Davanti all'Eucaristia con i testimoni della Pasqua”

a cura delle Monache Clarisse di San Severino Marche

**Introduzione:** Il mese di aprile si apre con la Solenne Celebrazione del Triduo pasquale, fonte, centro e culmine dell'anno liturgico e della fede cristiana. La nostra preghiera davanti all'Eucaristia sarà, allora, guidata e illuminata dal mistero della Risurrezione del Signore, che la Chiesa ci invita a gustare nella Liturgia del Tempo Pasquale che stiamo vivendo. Chiediamo al Signore, presente in mezzo a noi, di rafforzarci nella fede affinché la gioia pasquale sia il sostegno dei nostri giorni e la speranza incrollabile della nostra esistenza, segnata spesso dalla prova e dalla sofferenza.

#### Canto di esposizione

#### Adorazione silenziosa

**Guida:** Guarda, o Padre, al tuo popolo, che professa la sua fede in Gesù Cristo, nato da Maria Vergine, crocifisso e risorto, presente in questo santo sacramento e fa' che attinga da questa sorgente di ogni grazia frutti di salvezza eterna. Per Cristo nostro Signore.

**Tutti:** Amen.

**Letttore:** “Ognuno di noi ha il suo macigno. Una pietra enorme, messa all'imboccatura dell'anima, che non lascia filtrare l'ossigeno, che opprime in una morsa di gelo, che blocca ogni lama di luce, che impedisce la comunicazione con l'altro. È il macigno della solitudine, della miseria, della malattia, dell'odio, della disperazione, del peccato.



Pasqua, allora, sia per tutti il rotolare del macigno, la fine degli incubi, l'inizio della luce, la primavera di rapporti nuovi.

E se ognuno di noi, uscito dal suo sepolcro, si adopere-  
rà per rimuovere il macigno del sepolcro accanto, si ri-  
peterà finalmente il miracolo.

Pasqua è la festa dei macigni rotolati, non la festa del ristagno. Solo allora questa allucinante vallata di tombe si muterà in serbatoio di speranze”.

(Tonino Bello)

**Guida:** Con le parole di don Tonino Bello ci immergiamo nel mistero della Pasqua che vogliamo contemplare in questo momento di adorazione. Ci accompagna una delle pagine più belle del Vangelo secondo Giovanni: si tratta del capitolo 20, in cui l'evangelista racconta l'evento della resurrezione di Gesù Cristo at-

traverso la testimonianza diretta di coloro che l'hanno incontrato dopo la sua morte e sepoltura. Ci aiuteranno proprio loro, i **testimoni**, cioè quelli che hanno mangiato e bevuto con lui dopo la sua risurrezione, quelli che hanno **constatato, visto, toccato per noi** il Cristo dopo la sua morte e sepoltura. È, infatti, sulla base della loro constatazione che noi crediamo; la nostra fede è fondata su un evento **storicamente accaduto e constatato.**



### In ascolto della Parola di Dio

#### Dal vangelo secondo Giovanni (Gv 20)

*«Nel primo giorno della settimana, Maria di Màgdala si recò al sepolcro di mattino, quando era ancora buio, e vide che la pietra era stata tolta dal sepolcro.*

*Corse allora e andò da Simon Pietro e dall'altro discepolo, quello che Gesù amava, e disse loro: «Hanno portato via il Signore dal sepolcro e non sappiamo dove l'hanno posto!».*

*Pietro allora uscì insieme all'altro discepolo e si recarono al sepolcro. Correivano insieme tutti e due, ma*

*l'altro discepolo corse più veloce di Pietro e giunse per primo al sepolcro. Si chinò, vide i teli posati là, ma non entrò. Giunse intanto anche Simon Pietro, che lo seguiva, ed entrò nel sepolcro e osservò i teli posati là, e il sudario - che era stato sul suo capo - non posato là con i teli, ma avvolto in un luogo a parte. Allora entrò anche l'altro discepolo, che era giunto per primo al sepolcro, e vide e credette. Infatti, non avevano ancora compreso la Scrittura, che cioè egli doveva risorgere dai morti. I discepoli perciò se ne tornarono di nuovo a casa.*

*Maria invece stava all'esterno, vicino al sepolcro, e piangeva. Mentre piangeva, si chinò verso il sepolcro e vide due angeli in bianche vesti, seduti l'uno dalla parte del capo e l'altro dei piedi, dove era stato posto il corpo di Gesù. Ed essi le dissero: «Donna, perché piangi?». Rispose loro: «Hanno portato via il mio Signore e non so dove l'hanno posto». Detto questo, si voltò indietro e vide Gesù, in piedi; ma non sapeva che fosse Gesù. Le disse Gesù: «Donna, perché piangi? Chi cerchi?». Ella, pensando che fosse il custode del giardino, gli disse: «Signore, se l'hai portato via tu, dimmi dove lo hai posto e io andrò a prenderlo». Gesù le disse: «Maria!». Ella si voltò e gli disse in ebraico: «Rabbunì!» - che significa: «Maestro!». Gesù le disse: «Non mi trattenero, perché non sono ancora salito al Padre; ma và dai miei fratelli e dì loro: "Salgo al Padre mio e Padre vostro, Dio mio e Dio vostro"».*

*Maria di Màgdala andò ad annunciare ai discepoli: «Ho visto il Signore!» e ciò che le aveva detto.*



*La sera di quel giorno, il primo della settimana, mentre erano chiuse le porte del luogo dove si trovavano i discepoli per timore dei Giudei, venne Gesù, stette in mezzo e disse loro: “Pace a voi!”. Detto questo, mostrò loro le mani e il fianco. E i discepoli gioirono al vedere il Signore.*

*Gesù disse loro di nuovo: “Pace a voi! Come il Padre ha mandato me, anch'io mando voi”. Detto questo, soffiò e disse loro: “Ricevete lo Spirito Santo. A coloro a cui perdonerete i peccati, saranno perdonati; a coloro a cui non li perdonerete, non saranno perdonati”.*

*Tommaso, uno dei Dodici, chiamato Didimo, non era con loro quando venne Gesù. Gli dicevano gli altri discepoli: “Abbiamo visto il Signore!”. Ma egli disse loro: “Se non vedo nelle sue mani il segno dei chiodi e non metto il mio dito nel segno dei chiodi e non metto la mia mano nel suo fianco, io non credo”.*

*Otto giorni dopo i discepoli erano di nuovo in casa e c'era con loro anche Tommaso. Venne Gesù, a porte chiuse, stette in mezzo e disse: “Pace a voi!”. Poi disse a Tommaso: “Metti qui il tuo dito e guarda le*

*mie mani; tendi la tua mano e mettila nel mio fianco; e non essere incredulo, ma credente!” . Gli rispose Tommaso: “Mio Signore e mio Dio!” . Gesù gli disse: “Perché mi hai veduto, tu hai creduto; beati quelli che non hanno visto e hanno creduto” .*

*Gesù, in presenza dei suoi discepoli, fece molti altri segni che non sono stati scritti in questo libro. Ma questi sono stati scritti perché crediate che Gesù è il Cristo, il Figlio di Dio, e perché, credendo, abbiate la vita nel suo nome».*

## **Silenzio prolungato**

**Guida:** Signore Gesù, siamo qui raccolti davanti a te. Tu sei il Figlio di Dio fatto uomo, da noi crocifisso e dal Padre Risuscitato. Tu, Dio vivente, realmente presente in mezzo a noi. Tu, la Via, la Verità e la Vita: Tu, che solo hai parole di Vita eterna. Tu, l'unico fondamento della nostra salvezza, e l'unico nome da invocare per avere speranza.

Tu l'immagine del Padre e il donatore dello Spirito; Tu, l'Amore: l'Amore non amato. Signore Gesù, noi crediamo in Te, ti adoriamo, ti amiamo con tutto il nostro cuore, e proclamiamo il tuo nome al di sopra di ogni altro nome. Signore Gesù rendici vigilanti nell'attesa della tua venuta.

**Tutti:** Amen.

(Tonino Bello)

## **Canto**

### ***Commento alla Parola***

***Pietro e Giovanni: l'impatto con il mistero:*** Giovanni usa alcuni verbi di movimento per aiutarci a comprendere l'itinerario concreto che i due discepoli hanno percorso per arrivare alla fede.

Il primo è uscire: Pietro e Giovanni, dopo l'allarme dato da Maria sulla sparizione del corpo di Gesù, escono dal Cenacolo, dal luogo dove si sono rifugiati per paura di fare la stessa fine di Gesù. Il secondo verbo è correre: corrono al sepolcro, è una corsa concitata, c'è la fretta di verificare di persona l'accaduto. Ciò non è secondario per la nostra fede oggi. Se i discepoli non avessero verificato, potremmo trovarci di fronte a un mito, a una storiella ben architettata da parte dei seguaci di Gesù, tesa ad avvalorare quello che Gesù aveva detto e fatto. Siamo di fronte alla constatazione storica di un fatto realmente accaduto e che i discepoli stessi hanno fatto fatica a comprendere, lasciandoci così l'eredità di un fondamento sicuro per la nostra fede.

Che cosa appare di fronte allo sguardo dei due discepoli? Non ci sono né angeli, né un incontro personale con Gesù, ma solo dei segni: il sepolcro vuoto, le bende e il sudario. L'accuratezza con cui Giovanni descrive le vesti funebri di Gesù non è priva di intenzionalità. Egli vuole dirci che Gesù è stato davvero sepolto e gli indumenti funebri lo attestano, ma la particolare condizione in cui sono stati ritrovati attesta anche che qualcosa di misterioso è accaduto. Essi sono come inerti e vuoti, afflosciati su se stessi. Questo conferma che non vi è stata alcuna manomissione, altrimenti bende e sudario sarebbero srotolate e scomposte.

Da qui nasce la fede del discepolo amato che, vinta ogni personale resistenza, entra nel sepolcro, dopo Pietro, e “vede e crede”: dopo la constatazione, il discepolo che Gesù amava fa memoria delle parole stesse che Gesù aveva pronunciate riguardo la sua risurrezione dai morti, e queste diventano per lui l’unica vera chiave interpretativa di quel sepolcro inspiegabilmente vuoto.

## Silenzo prolungato

**Maria di Magdala: le lacrime dell'amore:** Il brano evangelico pone poi davanti ai nostri occhi la ricerca e il pianto di Maria di Magdala: convinta che il corpo di Gesù è stato trafugato, piange davanti al sepolcro, un po’ ripiegata, accartocciata e chiusa nel suo dolore; allo stesso tempo, un desiderio la abita: capire il mistero di quella tomba vuota. Si sente chiamare per nome; voltandosi, risponde: “Rabbunì”, che significa “Maestro mio”. Siamo al vertice del suo itinerario di ricerca: il suo sguardo è finalmente rivolto verso Gesù Risorto, vivo e presente di fronte a lei. Si sente pronunciare il suo nome (che significa la persona con tutto quello che è), e solo allora lo riconosce: dalla voce, dal modo di chiamarla. Ma ancor prima lo riconosce perché si sente da Lui ri-

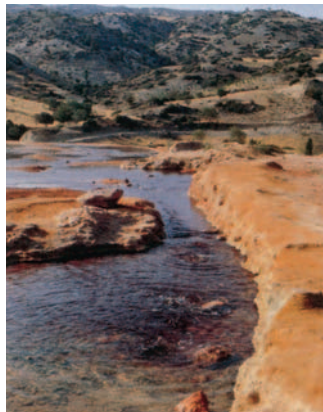




conosciuta, amata. È una finezza della penna di Giovanni, ma soprattutto è un capolavoro di amore da parte di Gesù che va incontro a Maria strappandola alle sue chiusure, alle sue paure, alle sue inconsolabili lacrime. Giovanni ci vuol dire che tra Maria di Magdala e Gesù c'era una relazione profonda, interpersonale, affettiva, coinvolgente, altrimenti Maria non sarebbe arrivata a chiamarlo, tra le lacrime, "mio Maestro". Maria possiede quindi un canale privilegiato per riconoscere Gesù, che è fondato sul cuore e sulla personale relazione con Lui. Non lo riconosce, infatti, come Pietro e Giovanni, attraverso i segni, ma attraverso l'amore che la legava a Gesù in modo unico. Quel sentirsi chiamare per nome, come Lui solo sapeva fare, le permette di abbattere il muro dell'irriconecibilità del suo Maestro risorto. Non mi trattenere: queste parole di Gesù ci lasciano intuire che Maria lo sta abbracciando, o magari che si è gettata ai suoi piedi, come era costume al tempo di Gesù, e ci spalancano una finestra sulla gioia incontenibile di questa discepolo fedele. Ma va': Gesù subito la invia agli altri perché sia la prima annunciatrice dell'evento pasquale, della speranza di una vita che ha vinto la morte.

## Canto

*I discepoli: la gioia dell'incontro.* Il brano evangelico ci presenta poi i discepoli chiusi nel cenacolo, pieni di paura perché il loro Maestro è stato ucciso - e anche su di loro pesa l'incubo della possibilità di fare la stessa "brutta fine" - e pervasi dallo sbigottimento per l'incredibilità dei fatti appena raccontati da Maria di Magdala, da Pietro e Giovanni.



Cerchiamo di entrare nei sentimenti contraddittori che i discepoli stanno sperimentando: la storia che hanno vissuto con Gesù, una storia piena di speranza, è finita male: Pietro ha rinnegato, Giuda si è impiccato, loro sono costretti a nascondersi. Tutti questi eventi - la morte di Gesù, la sua “tomba vuota”, l’apparizione - risultano ancora troppo inaf-

ferrabili, incredibili, sfidano sia la ragione che il cuore. I discepoli sono, dunque, asserragliati in una stanza buia con le porte chiuse, in preda allo smarrimento, una stanza che assomiglia tanto a una tomba, buia e chiusa (infatti è sera, è notte).

Ed è in questa situazione che Gesù entra, a porte chiuse: questo significa che Gesù ha sì un corpo, ma in una forma nuova, come una nuova dimensione della sua esistenza. Gesù saluta i suoi con il saluto classico del popolo di Israele: Shalom, cioè pace, una pace (che è Lui stesso, la sua persona) che viene a visitarli nel caos, nelle tenebre e nel subbuglio del loro cuore, una pace che permette di superare la chiusura della paura, dell’incredulità, della diffidenza. Gesù aggiunge al saluto un segno: mostra le mani e il costato per dar loro la possibilità di identificarlo. Vedendo i segni identificativi del crocifisso, i discepoli passano dalla paura alla gioia perché lo riconoscono come “il Risorto”, come colui che è tornato dai morti! Il Risorto non può che essere “il Crocifisso”, altrimenti è un fantasma o un’allucinazione. È questo incontro con il Crocifisso Risorto che cambia il cuore e la storia, colmando i discepoli di gioia.

## Silenzio di meditazione

**Tommaso: la ricerca della ragione.** Tommaso è l'unico a non essere presente nel momento in cui Gesù entra a porte chiuse nel Cenacolo. Quando torna, gli altri gli dicono subito: "Abbiamo visto il Signore".

Noi siamo abituati a questa affermazione, ma per Tommaso o per chiunque altro dei contemporanei di Gesù, questa frase ha il sapore dell'inverosimile, del pazzesco. La resurrezione è una cosa seria che non va creduta per sentito dire, perché di per sé è incredibile, e la risposta di Tommaso è quella di una persona seria. Tommaso non è colui che si ribella come chi fa un capriccio, ma è l'emblema di una ragionevolezza umana che non può rimanere inerte. La cosa che è accaduta è talmente al di fuori di ogni ragione, talmente inaudita, che non solo Tommaso la vuole vedere di persona, ma la vuole anche toccare con mano, deve poterla sperimentare. E l'evangelista ci racconta la "riedizione" dell'apparizione di Gesù in esclusiva per Tommaso. Ma perché questa riedizione? Perché il Risorto prende sul serio la richiesta di Tommaso e risponde alla sfida della ragione, solo per lui, perché riconosce a lui e a ciascuno il diritto-dovere di fare esperienza diretta del mistero prima di diventare credente. Ma cosa significa essere un credente? Basta credere che "un Dio" esiste? Credere significa affidarsi a, consegnare la propria vita a qualcuno. Quando Tommaso incontra personalmente il Crocifisso risorto, solo allora fa la sua professione di fede, solo allora si consegna: "Mio Signore e mio Dio! Tu sei l'unico al quale mi posso consegnare con assoluta fiducia e sicurezza".

## Silenzio di meditazione

**Guida:** E noi, come possiamo arrivare alla fede nella risurrezione se non abbiamo la possibilità concreta di vedere e toccare con mano il Risorto? Quando Gesù dice a Tommaso: “Beati quelli che non hanno visto e hanno creduto” non sta rimproverando Tommaso, ma sta parlando proprio a noi, qui e ora, e ci dice: beati voi che credete perché vi siete fondati sulla testimonianza di qualcuno che ha voluto constatare di persona; beati voi perché la vostra fede è fondata sulla roccia dei discepoli, di Pietro, Giovanni, Maria di Magdala, Tommaso. Se la prima generazione di credenti non si fosse fondata sulla constatazione di Tommaso e degli altri discepoli, la loro fede sarebbe stata vana (come dice S. Paolo) cioè fondata sul vuoto, sul nulla, e noi oggi saremmo dei creduloni, non dei credenti!

Fratelli e Sorelle carissimi, la Parola e il Pane dell'Eucaristia, mistero e dono della Pasqua, restano nei secoli come memoria perenne della passione, morte e risurrezione di Cristo! Anche noi oggi, con tutti i cristiani del mondo ripetiamo: Gesù, crocifisso e risorto, rimani in mezzo a noi!

## (Un solista proclama la preghiera di Giovanni Paolo II; l'assemblea ripete il ritornello)

**Rit:** *Gesù, crocifisso e risorto, rimani in mezzo a noi!*

Resta con noi,  
amico fedele e sicuro sostegno dell'umanità  
in cammino sulle strade del tempo!  
Tu, Parola vivente del Padre,

infondi fiducia e speranza in quanti cercano  
il senso vero della loro esistenza.

Tu, Pane di vita eterna,  
nutri l'uomo affamato di verità,  
di libertà, di giustizia e di pace. **Rit.**

Rimani con noi, Parola vivente del Padre,  
ed insegnaci parole e gesti di pace:  
pace per la terra consacrata dal tuo sangue  
e intrisa del sangue di tante vittime innocenti;  
pace per i Paesi del Medio Oriente e dell'Africa,  
dove pure tanto sangue continua ad essere versato;  
pace per tutta l'umanità, su cui sempre incombe  
il pericolo di guerre fratricide. **Rit.**

Rimani con noi, Pane di vita eterna,  
spezzato e distribuito ai commensali:  
dà anche a noi la forza di una solidarietà generosa  
verso le moltitudini che, ancor oggi,  
soffrono e muoiono di miseria e di fame,  
decimate da epidemie letali  
o prostrate da immani catastrofi naturali.  
Per la forza della tua Risurrezione  
siano anch'esse rese partecipi di una vita nuova.  
Anche noi, uomini e donne del terzo millennio,  
abbiamo bisogno di Te, Signore risorto! **Rit.**

Rimani con noi ora e fino alla fine dei tempi.  
Fa' che il progresso materiale dei popoli  
non offuschi mai i valori spirituali  
che sono l'anima della loro civiltà.  
Sostienici, Ti preghiamo, nel nostro cammino.  
In Te noi crediamo, in Te speriamo,

perché Tu solo hai parole di vita eterna.  
Rimani con noi, Signore! **Rit.**

## **Silenzio**

**Guida:** La pagina del Vangelo che abbiamo meditato insieme si conclude così: “questi segni sono stati scritti perché voi possiate credere” - dignitosamente, veramente e seriamente - “e possiate avere la vita nel suo nome”. Camminando umilmente con il Vangelo, con serietà e impegno, anche noi potremo arrivare a dire con Tommaso “mio Signore e mio Dio”. E solo allora, sospinti dallo Spirito, potremo fare nostra la missione affidata da Gesù ad ogni discepolo: divenire portatori di pace e di riconciliazione tra gli uomini. Rafforzati nella fede, apriamo il nostro cuore alla preghiera e rinnoviamo la nostra piena adesione al Signore, pregando con le parole che Gesù ci ha insegnato: *Padre nostro...*

**Guida:** Aiutaci, Signore, a far fruttificare nel mondo e dentro di noi la tua risurrezione. Donaci la forza di frantumare tutte le tombe in cui la prepotenza, l'ingiustizia, la ricchezza, l'egoismo, il peccato, il tradimento, la miseria, l'indifferenza hanno murato gli uomini vivi. E metti la tua grande speranza nel cuore. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

**Tutti:** Amen.

## **Benedizione**

## **Canto finale**