



ADORAZIONE EUCARISTICA

“GIOIRONO I DISCEPOLI AL VEDERE IL SIGNORE”

*Monache Clarisse - Sorelle Povere di Santa Chiara
San Severino Marche*

Guida: La sera di Pasqua di quel primo giorno della settimana, finalmente i discepoli videro il Signore e ne gioirono. Il tempo scorreva segnato dalla paura: avevano visto morire il Signore e con Lui ogni loro attesa, desiderio, speranza. Ora finalmente lo vedo-



no: Egli è vivo! Siamo nel tempo di Pasqua, il tempo in cui la chiesa ci invita a celebrare con gioia questo mistero centrale della nostra fede: vogliamo entrare anche noi nel Cenacolo e sperimentare lo stupore e la felicità dei discepoli alla vista del Signore Risorto. Questa gioia vogliamo sperimentarla ora nella contemplazione della sua presenza nel dono stu-

pendo dell'Eucaristia che ci ha lasciato. La sua presenza trasfiguri la nostra vita; trasformi questo nostro cenacolo da casa della paura in casa dell'amore. Contemplando il Risorto desideriamo passare dall'isolamento alla comunione con Lui, con la sua chiesa, con ogni uomo. È un desiderio audace, forse arduo, per quanti come noi soffrono la fatica del sentirsi abbandonati, la paura di restar soli... Non possiamo farcela da soli o contare solo sulle nostre forze: abbiamo bisogno della sua forza, della sua presenza. Per questo Lui ci viene incontro, in ogni tempo, per rassicurarci, per dirci ancora una volta: Non temere, sono io!

Canto di esposizione.

Guida: Nel mistero dell'Incarnazione il Signore ci ha fatto dono della sua presenza. Lui è venuto: ha piantato la sua tenda tra noi e ha assunto la nostra carne perché ogni uomo fosse figlio di Dio. Ora Lui viene nell'Eucaristia e ci dona di contemplare la sua presenza nel suo corpo: è Lui che abilita i nostri occhi a riconoscerlo, i nostri cuori a gioire della sua presenza. Non siamo soli: con Lui il nostro cenacolo diventa casa dell'amore, il suo cuore è la sorgente della vera comunione da cui attinge vita la comunità dei credenti.



Facciamo nostra la preghiera del salmo 4, nella traduzione di David Maria Turoldo.

Tutti: Dio, mia giustizia, io grido, rispondimi: dall'angustia portami in liberi spazi; la tua pietà mi rinfranchi: conforto mi doni il sapermi esaudito.

Solista: Fino a quando, uomini, adorerete il nulla? Cultori di illusioni, fino a quando offenderete la mia gloria?

Uomini: Cose prodigiose compie il Signore per il suo fedele, sappiatelo: appena io grido, il Signore ascolta. Trepidate sgomenti e più non peccate, sui vostri giacigli meditate in silenzio, coricatevi quieti nelle vostre stanze.

Donne: Offrite degni sacrifici di lode; nel Signore riposi la vostra fiducia. Molti vanno gridando: “Chi potrà mai mostrarci come essere felici?”. Risplenda, Signore, su di noi il tuo volto, nella tua luce conosceremo il bene.

Tutti: Tu hai colmato di gioia il mio cuore più di quanto abbondano vino e frumento a pieno raccolto. Così attendo sereno la notte, Signore, e in pace subito il sonno mi coglie: solo tu mi fai riposare tranquillo.

Canto.

Guida: I discepoli pensavano di vedere un fantasma, non credevano a causa della paura. Il dolore stava soffocando la loro fede nel Signore, rinchiudendoli in una stanza, soli, isolati. E il dono che il Signore fa a ciascuno è la pace intima. Lui entra nel cenacolo, ma ancor più entra nella nostra solitudine: dove siamo più soli, sperimentiamo che siamo più amati.

Ascolto della Parola: (Lc 24,35-49)

«Mentre essi parlavano di queste cose, Gesù in persona apparve in mezzo a loro e disse: «Pace a voi!». Stupiti e spaventati credevano di vedere un fantasma. Ma egli disse: «Perché siete turbati, e perché sorgono dubbi nel vostro cuore? Guardate le mie mani e i miei piedi: sono proprio io! Toccatemi e guardate; un fantasma non ha carne e ossa come vedete che io ho». Dicendo questo, mostrò loro le mani e i piedi. Ma poiché per la grande gioia ancora non credevano ed erano stupefatti, disse: «Avete qui qualche cosa da mangiare?». Gli offrirono una porzione di pesce arrostito; egli lo prese e lo mangiò davanti a loro.

Poi disse: «Sono queste le parole che vi dicevo quando ero ancora con voi: bisogna che si compiano tutte le cose scritte su di me nella Legge di Mosè, nei Profeti e nei Salmi». Allora aprì loro la mente all'intelligenza delle Scritture e disse: «Così sta scritto: il Cristo dovrà patire e risuscitare dai morti il terzo giorno e nel suo nome saranno predicati a tutte le genti la conversione e il perdono dei peccati, cominciando da Gerusalemme. Di questo voi sie-

te testimoni. E io manderò su di voi quello che il Padre mio ha promesso; ma voi resterete in città, finché non siate rivestiti di potenza dall'alto».

Commento alla Pa-

rola: Cleopa e l'amico tornarono a Gerusalemme di corsa e andarono a raccontare agli altri quello che avevano visto, Chi avevano incontrato. Entrarono nel cenacolo per consegnare ai fratelli il loro tesoro: l'Amore ritrovato, il Signore non più morto, ma vivente. Tu oggi sei qui, come nel cenacolo. Hai trovato il tesoro: il tesoro dell'amore di Dio. Ora sai dov'è, ma tanti affetti continuano ad agitarti. Tante paure...





Il cenacolo è lo spazio tranquillo e intimo dove i discepoli hanno scoperto il tesoro, dove hanno conosciuto e sperimentato la grandezza e la profondità dell'amore del Signore. Ora però hanno paura! Stanno insieme, ma in realtà sono soli, isolati... Le porte chiuse ermeticamente dall'interno...come i loro cuori! E negli occhi e sul volto la paura di fare la stessa fine del Signore, il timore di un domani ormai incerto, buio, misterioso.

Tu, io, tutti siamo soli. L'essere solo è un fatto naturale: nessun altro al mondo è come me. Sono unico. Nessun altro vive le esperienze del mondo come le vivo io...sono solo! Come affrontare questo essere soli? Se lo consideri un isolamento, sperimenti il tuo essere solo come una ferita, qualcosa che ti fa male, ti rende infelice e ti fa gridare: "*C'è qualcuno che possa aiutarmi?*".

Come cristiani, come gli apostoli nel cenacolo, siamo chiamati a trasformare il nostro isolamento in solitudine. Siamo chiamati a sperimentare l'essere



soli non come una ferita, ma come dono, un dono di Dio, che ci fa scoprire quanto profondamente siamo amati da Lui. In questo ci aiuta il Signore, Lui che entra nel cuore e gli dona la pace! Dona, ancor più, la consapevolezza di essere figli amati, veramente amati! Infatti, è proprio là dove siamo più soli, più unici, più noi stessi, che Dio ci è più vicino.

In questa intimità sperimentiamo Dio come Padre amorevole, che ci conosce meglio di quanto conosciamo noi stessi. Prova a sperimentare la tua solitudine in questa prospettiva: ti renderai conto che dove sei più solo, sei più amato da Dio. Per questo il Risorto entra a porte chiuse: Lui vuole abitare ogni singolo cuore solo e ridestare in esso il desiderio della comunione con Lui e con gli altri. Il dono di amore che Dio ti ha fatto non può restare chiuso in te: deve diventare amore fraterno, amore universale. Nel cenacolo, spazio tranquillo e intimo dove i discepoli hanno vinto la paura di restare isolati, anche tu accogli il dono di Dio, l'amore! Nell'amore

ogni attività diventa attività per l'altro, la vita intera diventa esistenza per l'altro.

Se accettiamo il nostro essere soli come dono di Dio e lo trasformiamo in profonda solitudine abitata da Lui, da questa solitudine piena della sua presenza possiamo andare verso gli altri, possiamo riunirci in comunità: non ci aggrapperemo più l'uno all'altro per vincere la paura di restare da soli, ma ci riconosceremo a vicenda come fratelli chiamati all'amore dall'unico Dio.

Canto.

Guida: L'impegno per la pace affidatoci dal Risorto la sera di Pasqua nel cenacolo comincia ogni volta che usciamo dalla casa della paura verso la casa dell'amore. Voi e io saremo in certo modo spaventati; ma se teniamo lo sguardo fisso su Colui che dice: "*Non temete, sono io*", saremo gradualmente capaci di lasciare da parte la paura e diventare abbastanza liberi da vivere in un mondo senza frontiere, da vedere le sofferenze degli altri, da portare e ricevere la buona notizia. (da *La via della pace* di H. Nouwen).

La preghiera che seguirà sarà proclamata da un solista e intervallata dal ritornello di un canto o canone.

Signore Gesù, tu eterna Parola del Padre, Dio da Dio, luce da luce, uno col Padre.

Mi hai mostrato il tuo divino amore assumendo la carne umana, vivendo la nostra vita umana, morendo

di una morte umana: la morte su una croce.

Ma il tuo amore è più forte della morte!

Il tuo amore divino fa irruzione nella prigione della morte e della distruzione e diviene manifesto di nuovo nel tuo corpo risorto. *Rit.*

Guardo a te...sei risorto dai morti e ora mi appari. Tu mi dici: “*pace a te!*” e mi mostri le tue mani ferite, i tuoi piedi forati e il tuo costato trafitto.

Sì le ferite della tua croce sono visibili sul tuo corpo risorto. Vedo ora che tutti coloro che tu tieni nel tuo cuore, uomini e donne sofferenti di ogni luogo su questa terra, sono elevati con te, non soltanto sulla tua croce, ma anche nella tua risurrezione e ricevono così qui e ora un posto nel tuo regno dove tu vivi per sempre.

Contemplando il dono della tua presenza, ora comprendo che anche se lottiamo in questo mondo, siamo già con te. *Rit.*

Là dove sei tu, siamo noi, per sempre nascosti e presenti a Dio.

Il tuo cuore è la casa dell'amore: in te non c'è paura, dubbio, pericolo di morte...

Il tuo cuore è la nostra patria permanente, il luogo del nostro riposo, il nostro rifugio e la nostra speranza. *Rit.*

Signore Gesù, tu mi chiami sempre più vicino al tuo cuore ferito.

Vuoi che io vi conosca la vera gioia e la vera pace.



Grazie, o Gesù, per il dono della tua presenza. Grazie per la tua vita risorta.

Grazie perché mi mostri il tuo cuore e mi fai entrare nell'intimità della tua casa, del tuo amore. Il mio cuore è assai piccolo, pauroso e timido.

Ma tu dici: *“Vieni a me. Io sono mite e umile e ho il cuore spezzato come il tuo. Non avere paura.*

Vieni e lascia che il tuo cuore trovi riposo nel mio e abbi fiducia che tutto andrà bene!”.

Eccomi, Signore, prendi il mio cuore e fa che divenga un cuore pieno del tuo amore. **Rit.**

(da H. Nouwen, Da cuore a cuore)

Canto finale.