



# Adorazione Eucaristica in preparazione al Natale

Preghiera unitaria - 22 Dicembre 2021



## Canto iniziale: *Il canto dell'amore*

*Se dovrai attraversare il deserto  
non temere io sarò con te.*

*Se dovrai camminare nel fuoco  
la sua fiamma non ti brucerà.*

***Seguirai la mia luce nella notte,  
sentirai la mia forza nel cammino,  
io sono il tuo Dio, il Signore.***

*Sono io che ti ho fatto e plasmato,  
ti ho chiamato per nome.*

*Io da sempre ti ho conosciuto  
e ti ho dato il mio amore.*

***Perché tu sei prezioso ai miei occhi,***

***vali più del più grande dei tesori  
Io sarò con te, ovunque andrai.***

*Non pensare alle cose di ieri,  
cose nuove fioriscono già;  
aprirò nel deserto sentieri,  
darò acqua nell'aridità.*

***Perché tu sei prezioso ai miei occhi,  
vali più del più grande dei tesori  
Io sarò con te, ovunque andrai.***

*Io ti sarò accanto, sarò con te;  
per tutto il tuo viaggio sarò con te. (2v)*

*Sacerdote:* Nel nome del Padre, ....

Vogliamo quest'oggi soffermarci nella contemplazione e nell'adorazione di Cristo Gesù, nostro Signore, presente nel mirabile sacramento dell'Eucaristia. Adorando Gesù nel sacramento dell'amore noi riconosciamo in Lui la sorgente della vita, della gioia, della speranza e di ogni bene. Questo umile incontro con il Signore Gesù nell'Eucaristia, sconvolga la nostra vita e ci aiuti a deciderci definitivamente per Cristo, rendendoci desti e vigili in attesa della sua venuta.

## Breve pausa di silenzio

### **Esposizione Eucaristica e Canto: Davanti al Re**

*Davanti al Re ci inchiniamo insiem*

*Per adorarlo con tutto il cuor*

*Verso di lui eleviamo insiem*

*Canti di gloria al nostro Re dei Re (3v)*

*Sacerdote:* Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

**Tutti:** Come era nel principio, ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen.

*Guida:* Riconosciamoci, davanti a Dio, peccatori, per poterlo così accogliere nella stalla di Betlemme e nei nostri cuori.

**Tutti:** Credo, mio Dio, di essere davanti a Te, che mi guardi con amore penetrante e ascolti la voce della mia preghiera. Tu sei Santo: io ti adoro; Tu mi hai dato tutto e io ti ringrazio; Tu sei stato tanto offeso da me e io ti chiedo perdono con tutto il cuore; Tu sei tanto misericordioso, lento all'ira e pieno di amore, Dio fedele, e io invoco la tua misericordia.

*Sacerdote:* Signore, che hai mandato tuo figlio Gesù per salvarci dai nostri peccati, abbi pietà di noi.

**Tutti:** Signore, pietà!

*Sacerdote:* Cristo Gesù, vero Dio e vero uomo, abbi pietà di noi.

**Tutti:** Cristo, pietà!

*Sacerdote:* Signore, buono e misericordioso, abbi pietà di noi.

**Tutti:** Signore pietà!

**L.1:** Signore, non ho tempo!

*La mia vita scorre affannosa  
tra attività, servizi e scadenze,  
ed io non ho tempo per stare con Te.*

Non ho tempo per riposare nel Tuo cuore  
deponendovi le mie ansie e i miei timori,  
le mie attese e le mie realizzazioni,  
le mie conquiste e i miei fallimenti.

Ti offro, Signore, questa povertà  
e il desiderio di darti più spazio nella mia vita.  
Accogli, mio Dio, questo lamento,  
come la mia preghiera di supplica.

E con la Tua bontà trasforma in preghiera  
ogni azione, ogni lavoro, ogni goccia di sudore,  
ogni impegno mondano che compio  
cercando di stare unito a Te.

Signore, non ho tempo, ma ho trovato il tempo  
di pronunciare queste parole.

Signore, non ho tempo,  
perché tutto il mio tempo è Tuo. Amen

### **Lettura del Vangelo: Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 1,18-24)**

Così fu generato Gesù Cristo: sua madre Maria, essendo promessa sposa di Giuseppe, prima che andassero a vivere insieme si trovò incinta per opera dello Spirito Santo. Giuseppe suo sposo, poiché era uomo giusto e non voleva accusarla pubblicamente, pensò di ripudiarla in segreto.

Mentre però stava considerando queste cose, ecco, gli apparve in sogno un angelo del Signore e gli disse: «Giuseppe, figlio di Davide, non temere di prendere con te Maria, tua sposa. Infatti, il bambino che è generato in lei viene dallo Spirito Santo; ella darà alla luce un figlio e tu lo chiamerai Gesù: egli, infatti, salverà il suo popolo dai suoi peccati».

Tutto questo è avvenuto perché si compisse ciò che era stato detto dal Signore per mezzo del profeta: «Ecco, la vergine concepirà e darà alla luce un figlio: a lui sarà dato il nome di Emmanuele», che significa «Dio con noi».

Quando si destò dal sonno, Giuseppe fece come gli aveva ordinato l'angelo del Signore e prese con sé la sua sposa.

Parola di Dio

### **Breve commento del sacerdote**

**L.2:** Sono uscito, o Signore.

Le persone andavano, venivano, camminavano, correvano.

Correvano le bici. Correvano le macchine. Correvano i camion.

Correva la città. Correvano tutti. Correvano per non perdere tempo.

Correvano dietro al tempo, per riprendere il tempo, per guadagnar tempo.

Arrivederci, Signore, scusi, non ho tempo.

Ripasserò, non posso attendere, non ho tempo.

Avrei voluto aiutarla, ma non ho tempo.

Non posso accettare... per mancanza di tempo.

Vorrei pregare, ma non ho il tempo.

Tu comprendi, o Signore, non hanno il tempo.

Il bambino, gioca, non ha tempo subito... più tardi...

Lo scolaro, deve fare i compiti, non ha tempo... più tardi...

L'universitario ha i suoi corsi e tanto lavoro, non ha tempo...più tardi...

Il giovane, fa dello sport, non ha tempo... più tardi...

Il padre di famiglia, ha i bambini, non ha tempo... più tardi...

I nonni, hanno i nipotini, non hanno tempo... più tardi...

Sono malati! Hanno le loro cure, non hanno tempo... più tardi...

Sono moribondi, non hanno... Troppo tardi!... non hanno più tempo!

Così gli uomini corrono tutti dietro al tempo, o Signore.

Passano sulla terra correndo, frettolosi, precipitosi, sovraccarichi, impetuosi, avventati,

E non arrivano mai a tutto, manca loro tempo, anzi manca loro molto tempo.  
Signore, Tu hai dovuto fare un errore di calcolo.

V'è un errore generale;

Le ore sono troppo brevi, I giorni sono troppo brevi, Le vite sono troppo brevi.

Tu, che sei fuori del tempo, sorridi, o Signore, nel vederci lottare con esso, e Tu sai quello che fai.

Tu non Ti sbagli mai quando distribuisce il tempo agli uomini.

Tu doni a ciascuno il tempo di fare quello che Tu vuoi che egli faccia.

Ma non bisogna perdere tempo, sprecare tempo, ammazzare il tempo.

Perché il tempo è un regalo che Tu ci fai, ma un regalo deteriorabile,

Un regalo che non si conserva.

Signore, ho il tempo. Tutto il tempo che tu mi dai.

Gli anni della mia vita. Le giornate dei miei anni. Le ore delle mie giornate.

Sono tutti miei. A me spetta riempirli, serenamente, con calma,  
ma riempirli tutti, fino all'orlo.

Non Ti chiedo questa sera, o Signore,

il tempo di fare questo e poi ancora quello che io voglio,

Ti chiedo la grazia di fare coscientemente,

nel tempo che tu mi dai, quello che Tu vuoi ch'io faccia.

## **Pausa di silenzio**

## **Musica di sottofondo**

### **Spunti di Riflessione ed eventuale confessione**

1. Nella frenesia della nostra quotidianità, chi e cosa cerco realmente?
2. "Signore, non ho tempo!" Quante volte, nel corso della giornata, ci è capitato di ripetere questa frase... Non abbiamo tempo per Lui: spesso crediamo che tutte le altre cose sono prioritarie a differenza di Dio.  
Perché è così difficile per noi spendere del tempo per Lui? Riesco a dedicare del tempo al Signore ed alla preghiera? Gesù che posto hai nella mia vita?
3. "Il tempo è una conquista che ti costa quello che ti dà, non è una sconfitta. È da sempre un'opportunità." (Laura Pausini – *Se non te*).  
Siamo consapevoli di questa opportunità che ci è stata concessa? Siamo pronti ad aprire i nostri cuori e a riempire ogni istante della nostra vita della Tua grazia e della Tua parola in modo tale da farTi vivere in noi ed attraverso noi?
4. "Quando si destò dal sonno, Giuseppe fece come gli aveva ordinato l'angelo del Signore". Come Maria, Giuseppe ha fatto spazio in sé alla volontà di Dio, accettando di compiere anche ciò che non comprendeva chiaramente. Riesco ad ascoltare e ad obbedire alla Parola di Dio?
5. Quanto è difficile mettere a disposizione il proprio tempo per gli altri... Riesco a ricavare del tempo da donare a loro? Mi sento in colpa se spendo del tempo per me stesso?

*Ciascuno scrive sul post-it un impegno da prendersi in parrocchia da portare a termine entro la fine dell'anno. Attacca il post-it poi sul cartellone ai piedi dell'altare.*

*Sacerdote:* Riempiti del tuo Amore, Signore, e sicuri della Tua grande bontà, vogliamo adesso chiederti ciò che più ci sta a cuore.

Preghiamo insieme e diciamo: *Ascoltaci o Signore*

### **Tutti: Ascoltaci o Signore**

Preghiamo per il Papa, i Vescovi, i sacerdoti, i religiosi: perché la Chiesa sappia sempre trovare il modo per testimoniare fedelmente a tutti l'amore di Cristo. Preghiamo

Preghiamo per i giovani: perché abbiano il coraggio di affidarsi completamente a Cristo e perché capiscano che solo dal Signore Gesù viene la vera gioia. Preghiamo.

Preghiamo per gli ammalati, i sofferenti, i bisognosi, i poveri: perché il Signore non faccia mai loro mancare il suo aiuto e la sua misericordia. Preghiamo.

Preghiamo per noi qui presenti, davanti alla Santissima Eucaristia: perché il Signore aumenti la nostra fede e la nostra voglia di adorarlo. Preghiamo.

Per tutti noi, che ci prepariamo a celebrare il Santo Natale: perché riscopriamo il vero valore di quel bambino nato a Betlemme e perché lo possiamo testimoniare anche a chi ci sta attorno. Preghiamo.

*Sacerdote:* Accogli Signore, tutte le nostre preghiere, quelle che abbiamo espresso e quelle che sono rimaste nei nostri cuori. Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore.

### **Padre Nostro**

**Tutti:** Signore, aiutami a diffondere la tua fragranza dovunque io vada.

Inondami l'anima del tuo Spirito e della tua vita.

Penetra in me e impadronisciti del mio essere, così a fondo che tutta la mia vita sia un'irradiazione della tua. Illumina, per mezzo mio, ogni anima e prendi possesso di me in modo tale che ogni anima che avvicino possa sentire la tua presenza nella mia anima.

Fa che guardandomi, non veda me, ma te soltanto, o Signore.

Resta con me e io risplenderò come te risplendi tanto da divenire una luce per gli altri.

La mia luce, Signore, verrà tutta da te, nemmeno il più tenue raggio sarà mio.

Sarai tu ad illuminare gli altri per mezzo mio.

Ti renderò lode nel modo che tu preferisci, risplendendo su di chi mi sta accanto.

Fa che io ti predichi senza predicare, non con le parole, ma con il mio esempio, con l'influsso delle mie azioni, con il fulgore visibile dell'animo che il mio cuore riceve da te. Amen

### **Benedizione Eucaristica**

#### **Invocazioni**

Dio sia benedetto, benedetto il suo santo nome, benedetto Gesù Cristo vero Dio e vero uomo, benedetto il nome di Gesù, benedetto il suo sacratissimo cuore, benedetto il suo preziosissimo sangue, benedetta la gran madre di Dio, Maria santissima, benedetta la sua santa e Immacolata Concezione, benedetta la sua gloriosa assunzione, benedetto il nome di Maria vergine e madre, benedetto san Giuseppe suo castissimo sposo, benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

### **Canto finale: Dio con noi**

*Notte di prodigi, notte di mistero  
Questa notte il cielo scende in mezzo a  
noi,  
come un canto solo fra la terra e il cielo,  
notte di misericordia: c'è Dio con noi!*  
**Gloria in cielo e pace sulla terra  
A tutti gli uomini di buona volontà  
Alleluia, alleluia al nostro Re  
Che nasce già, povero e nudo,  
senza clamori nasce già:  
c'è Dio con noi.**

*Tenera Lo culla, fra le bianche mani,  
colei che dell'Amore madre diventò.*

*Colma di stupore vive il suo mistero,  
madre di quel Dio d'amore che la creò.  
E nell'aria s'ode un canto,  
oggi la pace vera scende a noi dal cielo,  
sulla terra i cieli stillano dolcezza.  
Gioia senza fine sarà  
**Gloria in cielo e pace sulla terra  
A tutti gli uomini di buona volontà  
Alleluia, alleluia al nostro Re  
Che nasce già, povero e nudo,  
senza clamori nasce già:  
c'è Dio con noi***