

# ADORAZIONE EUCARISTICA

28 maggio 2025

*Canto di Esposizione e Introduzione*

*Canto di invocazione dello Spirito Santo*

*Tempo di silenzio personale per fare unità davanti al Signore*

## PRIMO MOMENTO: LETTURA DEL TESTO

*Canto*

**Dal Vangelo secondo Luca** (Lc 24,46-53)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Così sta scritto: il Cristo patirà e risorgerà dai morti il terzo giorno, e nel suo nome saranno predicati a tutti i popoli la conversione e il perdono dei peccati, cominciando da Gerusalemme. Di questo voi siete testimoni. Ed ecco, io mando su di voi colui che il Padre mio ha promesso; ma voi restate in città, finché non siate rivestiti di potenza dall'alto».

Poi li condusse fuori verso Betània e, alzate le mani, li benedisse. Mentre li benediceva, si staccò da loro e veniva portato su, in cielo. Ed essi si prostrarono davanti a lui; poi tornarono a Gerusalemme con grande gioia e stavano sempre nel tempio lodando Dio.

*Breve tempo di Silenzio personale per ritornare sul testo del Vangelo*

## SECONDO MOMENTO: SPUNTI DI MEDITAZIONE

**Dal Regina Coeli di Papa Francesco del 29 maggio 2022**

Oggi in Italia e in molti Paesi si celebra l'Ascensione del Signore, cioè il suo ritorno al Padre. Nella Liturgia, il Vangelo secondo Luca narra l'ultima apparizione del Risorto ai discepoli (cfr 24,46-53). La vita terrena di Gesù culmina proprio con l'Ascensione, che professiamo anche nel Credo: «È salito al cielo, siede alla destra del Padre». Che cosa significa questo avvenimento? Come dobbiamo intenderlo? Per rispondere a questa domanda, soffermiamoci su due azioni che Gesù compie prima di salire al Cielo: Egli anzitutto *annuncia il dono dello Spirito* e poi *benedice i discepoli*. Annuncia il dono dello Spirito e benedice.

Per prima cosa Gesù dice ai suoi amici: «Io mando su di voi Colui che il Padre mio ha promesso» (v. 49). Sta parlando dello Spirito Santo, del Consolatore, di Colui che li accompagnerà, li guiderà, li sosterrà nella

missione, li difenderà nelle battaglie spirituali. Comprendiamo allora una cosa importante: Gesù non sta abbandonando i discepoli. Ascende al Cielo, ma non ci lascia soli. Anzi, proprio salendo verso il Padre *assicura l'effusione* dello Spirito Santo, *del suo Spirito*. In un'altra occasione aveva detto: «È bene per voi che io me ne vada, perché, se non me ne vado, non verrà a voi il Paraclito» (Gv 16,7), cioè lo Spirito. Anche in questo si vede l'amore di Gesù per noi: la sua è una presenza che non vuole limitare la nostra libertà. Al contrario, fa spazio a noi, perché il vero amore genera sempre una vicinanza che non schiaccia, non è possessivo, è vicino ma non possessivo; anzi, il vero amore ci rende protagonisti. E così Cristo rassicura: “Vado al Padre, e voi sarete rivestiti di potenza dall'alto: vi manderò il mio stesso Spirito e con la sua forza continuerete la mia opera nel mondo!” (cfr Lc 24,49). Dunque, salendo al Cielo Gesù, anziché rimanere accanto a pochi con il corpo, si fa vicino a tutti con il suo Spirito. Lo Spirito Santo rende presente Gesù in noi, oltre le barriere del tempo e dello spazio, per farci suoi testimoni nel mondo.

### *Breve tempo di Silenzio*

Subito dopo – è la seconda azione – Cristo alza le mani e *benedice gli apostoli* (cfr v. 50). È un gesto sacerdotale. Dio, fin dai tempi di Aronne, aveva affidato ai sacerdoti il compito di benedire il popolo (cfr Nm 6,26). Il Vangelo vuole dirci che *Gesù è il grande sacerdote della nostra vita*. Gesù sale al Padre per *intercedere* a nostro favore, per presentargli la nostra umanità. Così, davanti agli occhi del Padre, ci sono e ci saranno sempre, con l'umanità di Gesù, le nostre vite, le nostre speranze, le nostre ferite. Dunque, mentre compie il suo “esodo” verso il Cielo, Cristo “ci fa strada”, va a prepararci un posto e, fin da ora, intercede per noi, perché possiamo essere sempre accompagnati e benedetti dal Padre.

### *Breve tempo di Silenzio*

Fratelli e sorelle, pensiamo oggi al dono dello Spirito che abbiamo ricevuto da Gesù per essere testimoni del Vangelo. Chiediamoci se lo siamo davvero; e anche se siamo capaci di amare gli altri lasciandoli liberi e facendo loro spazio. E poi: sappiamo farci intercessori per gli altri, cioè sappiamo pregare per loro e benedire le loro vite? Oppure ci serviamo degli altri per i nostri interessi? Impariamo questo: la preghiera di intercessione, intercedere per le speranze e per le sofferenze del mondo, intercedere per la pace. E benediciamo con lo sguardo e con le parole chi incontriamo ogni giorno!

Ora preghiamo la Madonna, la benedetta tra le donne che, ricolma di Spirito Santo, prega e intercede sempre per noi.

*Breve tempo di Silenzio personale per ritornare sul testo appena letto*

**Canto**

### **TERZO MOMENTO: CONTEMPLAZIONE DEL TESTO**

*Nel Silenzio, in dialogo con Gesù, mi pongo le domande scaturite dalla Meditazione.*

- Il mio modo di amare è liberante o possessivo? So accettare che gli altri facciano le cose non secondo i miei schemi?
- I miei sguardi, parole, azioni sono benedicienti? Dicono bene degli altri, di me stesso, del mondo?
- La mia preghiera si ferma al “mio orticello”, al mio mondo o si allarga ai bisogni della Comunità, della Chiesa e del mondo?

### **QUARTO MOMENTO: PREGHIAMO ALLA LUCE DEI TESTI**

Nel rappresentarci la tua ascensione, Gesù,  
noi rischiamo di cadere in un colossale equivoco.

Essa appare come un distacco dalla terra,  
per entrare nella zona del cielo.

Ma allora non si capisce l'atteggiamento degli apostoli.  
Perché non sono tristi? Perché non si mettono a piangere?

La loro reazione è incomprensibile:  
«tornarono a Gerusalemme con grande gioia».  
Ora che la tua missione è giunta a compimento  
tu sei più che mai vicino a loro e li accompagni  
nei rischi e nelle fatiche della missione.

Certo, adesso tu vivi al modo di Dio  
e noi non possiamo più vederti, toccarti,  
poggiare il nostro capo sul tuo petto.

Ma tu continui a rimanerci accanto,  
continui a parlarci attraverso le Scritture  
e a donarci una Parola viva.

Continui a trasformarci con i santi sacramenti,  
grazie all'azione del tuo Spirito.

E questo in ogni luogo e in ogni tempo.

Amen.

## BENEDIZIONE EUCARISTICA

### *Canto del Tantum Ergo*

#### *Orazione*

Donaci, o Padre,  
la luce della fede e la fiamma del tuo amore,  
perché adoriamo in spirito e verità  
il nostro Dio e Signore, Cristo Gesù,  
presente in questo santo sacramento.  
Egli vive e regna nei secoli dei secoli.  
**Amen.**

