

ADORAZIONE EUCARISTICA

in attesa del Nuovo Anno 2022

*Veniva nel mondo la luce vera,
quella che illumina ogni uomo
Gv 1, 9*

Guida: Signore, Tu sei “la luce vera che illumina ogni uomo”! Stasera siamo qui, alla tua presenza, per vivere questo tempo nel ringraziamento e nell’adorazione, nella preghiera semplice e fiduciosa, portando con noi anche le attese e le speranze, la sete di luce e di verità di tanti uomini e donne nel mondo, in particolare di coloro che si sentono prigionieri del buio e della paura, e non sanno dove attingere luce. Signore Gesù, prendici per mano, illumina il nostro cuore, le nostre menti, tutta la nostra vita, fa’ che ti possiamo incontrare e “toccare” con la nostra fede. Vieni a guarire il nostro cuore e a donare la luce del tuo amore!

♪ *Al tuo presepe*

“Signore Dio onnipotente, che ci avvolgi della luce del tuo Verbo fatto uomo, fa’ che risplenda nelle nostre opere il mistero della fede che rifugge nel nostro spirito”. Da questa orazione della Messa dell’aurora di Natale, letta in sinossi con il Preconio pasquale, si evince che la luce dell’Incarnazione del Verbo avvolge la Chiesa, mentre la luce della Risurrezione di Cristo la inonda di grande splendore. Quella della “notte placida” è una “luce gentile”; il “sole di Pasqua” è una “fontana di luce”.

A Natale la gloria del Signore avvolge di luce i pastori a cui un angelo annuncia la nascita del Salvatore; a Pasqua è sempre un angelo, grondante di luce, a mostrare alle donne la tomba vuota. Nella mangiatoia l’astro che rifugge fra le tenebre del mondo sveglia l’aurora della “pienezza del tempo”; al sepolcro il rotolare della pietra che lo sigilla annuncia lo spuntare dell’ottavo giorno. Come la luce di una stella mette in cammino i Magi, “primizia dei popoli chiamati alla fede”, così il sorgere dell’alba radiosa e splendida del giorno di Pasqua apre la strada al Vangelo.

La luce crea sempre un percorso: ogni fascio di luce indica il sentiero della vita, ogni raggio di luce traccia alla terra una via al cielo.

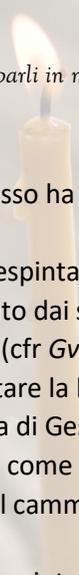
(Mons. Gualtiero Sigismondi Vescovo di Orvieto-Todi, omelia nella Notte di Natale 2021)

Dalla Prima lettera di San Giovanni (1,5-7)

Questo è il messaggio che abbiamo udito da lui e che vi annunciamo: Dio è luce, e in lui non ci sono tenebre. Se diciamo che abbiamo comunione con lui e camminiamo nelle tenebre, noi mentiamo e non mettiamo in pratica la verità. Ma se camminiamo nella luce, com'egli è nella luce, abbiamo comunione l'uno con l'altro, e il sangue di Gesù, suo Figlio, ci purifica da ogni peccato.

Dio è luce - dice Giovanni - e in lui non ci sono tenebre. Che cosa aveva detto prima? Affinché vi associate a noi e possiamo essere insieme con Dio Padre ed il Figlio suo Gesù Cristo. Pertanto, se Dio è luce e in lui non ci sono tenebre e noi dobbiamo associarci a lui, le tenebre che sono in noi devono essere disperse, affinché in noi ci sia la luce; tenebre e luce non possono stare insieme. Fa' perciò attenzione a ciò che segue: Se noi diremo di essere una sola cosa con lui ma camminiamo nelle tenebre siamo mentitori (1 Gv 1, 6). Tu sai che anche Paolo dice: Che comunanza c'è tra luce e tenebre? (2 Cor 6, 14). Tu sostieni di vivere con Dio e poi cammini nelle tenebre. Ma Dio è luce e in lui non ci sono tenebre. Come è possibile una convivenza tra luce e tenebre? Ognuno perciò dica: Che posso fare? Come sarò luce io che vivo nei peccati? Subentrano allora la tristezza e la disperazione. Non v'è salvezza fuori che nell'unione con Dio. Dio è luce ed in lui non vi sono tenebre. Ma i peccati sono tenebra... Che possiamo fare, fratelli miei? Dobbiamo associarci a Dio, poiché non esiste altra speranza di vita eterna. Ma Dio è luce e in lui non ci sono tenebre. [...] Dio è luce ed in lui non ci sono tenebre. [...]

Camminiamo dunque nella luce, come lui è nella luce, per poter stare in sua compagnia. Ma i peccati? Ascolta il seguito: Il sangue di Gesù Cristo ci purificherà da ogni delitto (1 Gv 1, 7; cf. Eb 9, 14; Ap 1, 5). Dio ci ha dato una grande assicurazione [...] Veda perciò ciascuno di fare ciò che è in grado di fare; confessi le cose come sono, affinché colui che è sempre uguale a se stesso, ieri ed oggi, possa curare noi che un tempo non eravamo, adesso invece abbiamo l'esistenza.



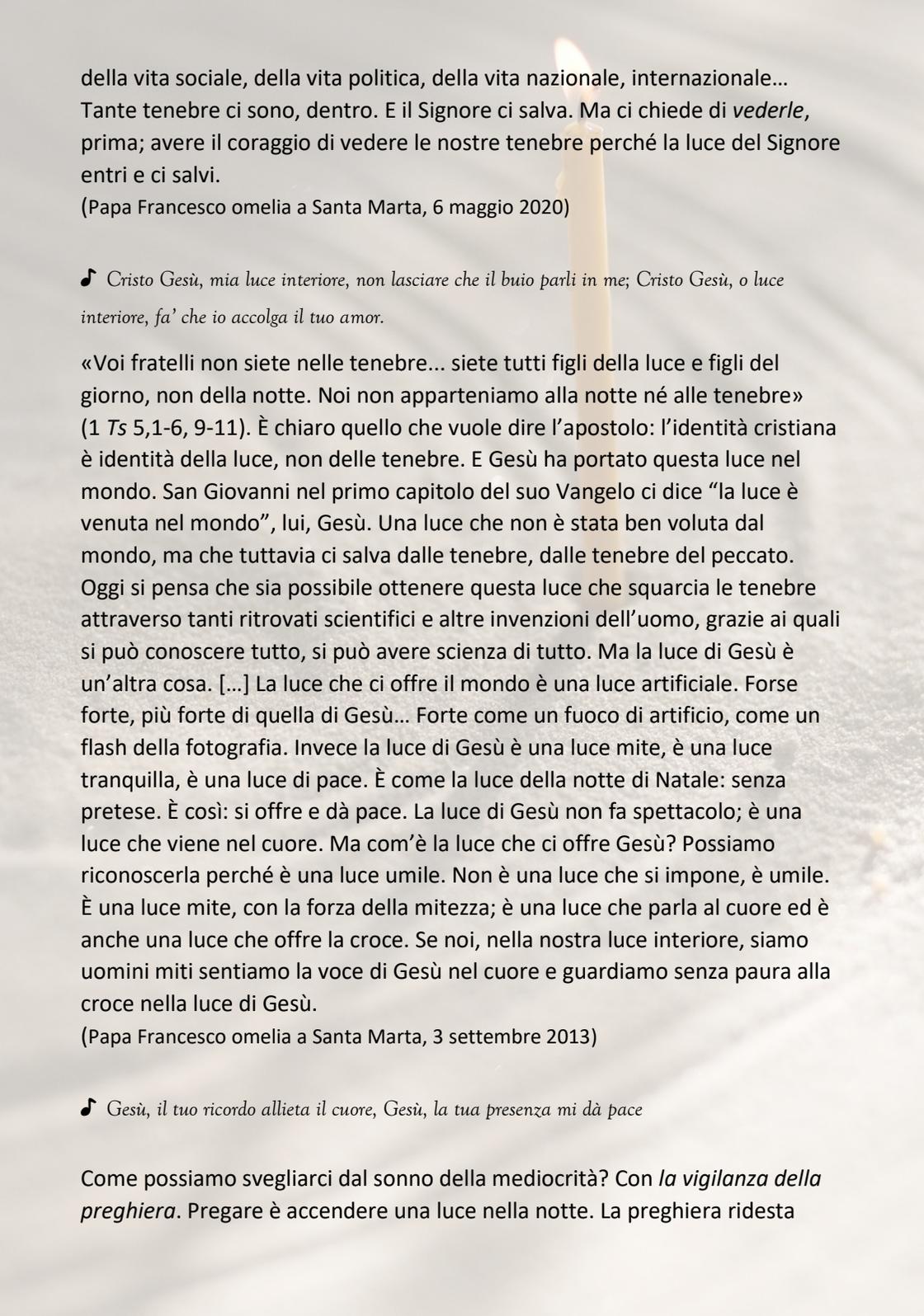
♫ *Cristo Gesù, mia luce interiore, non lasciare che il buio parli in me; Cristo Gesù, mia luce interiore, fa' che io accolga il tuo santo amor.*

La missione di Gesù è illuminare: la luce. Lui stesso ha detto: «Io sono la luce del mondo» (Gv 8,12). [...]

Ma il dramma della luce di Gesù è che è stata respinta. Già all'inizio del Vangelo, Giovanni lo dice chiaramente: "È venuto dai suoi e i suoi non lo accolsero. Amavano più le tenebre che la luce" (cfr Gv 1,9-11). Abituarsi alle tenebre, vivere nelle tenebre: non sanno accettare la luce, non possono; sono schiavi delle tenebre. E questa sarà la lotta di Gesù, continua: illuminare, portare la luce che fa vedere le cose come stanno, come sono; fa vedere la libertà, fa vedere la verità, fa vedere il cammino su cui andare, con la luce di Gesù. [...]

Gesù porta la luce. Ma il popolo, la gente l'ha respinto. È tanto abituato alle tenebre che la luce lo abbaglia, non sa andare... (cfr Gv 1,10-11). E questo è il dramma del nostro peccato: il peccato ci acceca e non possiamo tollerare la luce. Abbiamo gli occhi ammalati. E Gesù lo dice chiaramente, nel Vangelo di Matteo: "Se il tuo occhio è ammalato, tutto il tuo corpo sarà ammalato". Ma quali sono le cose che ammalano gli occhi, gli occhi della fede? I nostri occhi sono malati: quali sono le cose che "li tirano giù", che li accecano? I vizi, lo *spirito mondano*, la *superbia*. I vizi che "ti tirano giù" e anche, queste tre cose – i vizi, la superbia, lo spirito mondano – ti portano a fare società con gli altri per rimanere sicuri nelle tenebre. Noi parliamo spesso delle mafie: è questo. Ma ci sono delle "mafie spirituali", ci sono delle "mafie domestiche", sempre, cercare qualcun altro per coprirsi e rimanere nelle tenebre. Non è facile vivere nella luce. La luce ci fa vedere tante cose brutte dentro di noi che noi non vogliamo vedere: i vizi, i peccati... Pensiamo ai nostri vizi, pensiamo alla nostra superbia, pensiamo al nostro spirito mondano: queste cose ci accecano, ci allontanano dalla luce di Gesù.

Ma se noi iniziamo a pensare queste cose, non troveremo un muro, no, troveremo un'uscita, perché Gesù stesso dice che Lui è la luce, e anche: "Sono venuto al mondo non per condannare il mondo, ma per salvare il mondo" (cfr Gv 12,46-47). Gesù stesso, la luce, dice: "Abbi coraggio: lasciati illuminare, lasciati vedere per quello che hai dentro, perché sono io a portarti avanti, a salvarti. Io non ti condanno. Io ti salvo" (cfr v. 47). Il Signore ci salva dalle tenebre che noi abbiamo dentro, dalle tenebre della vita quotidiana,



della vita sociale, della vita politica, della vita nazionale, internazionale... Tante tenebre ci sono, dentro. E il Signore ci salva. Ma ci chiede di *vederle*, prima; avere il coraggio di vedere le nostre tenebre perché la luce del Signore entri e ci salvi.

(Papa Francesco omelia a Santa Marta, 6 maggio 2020)

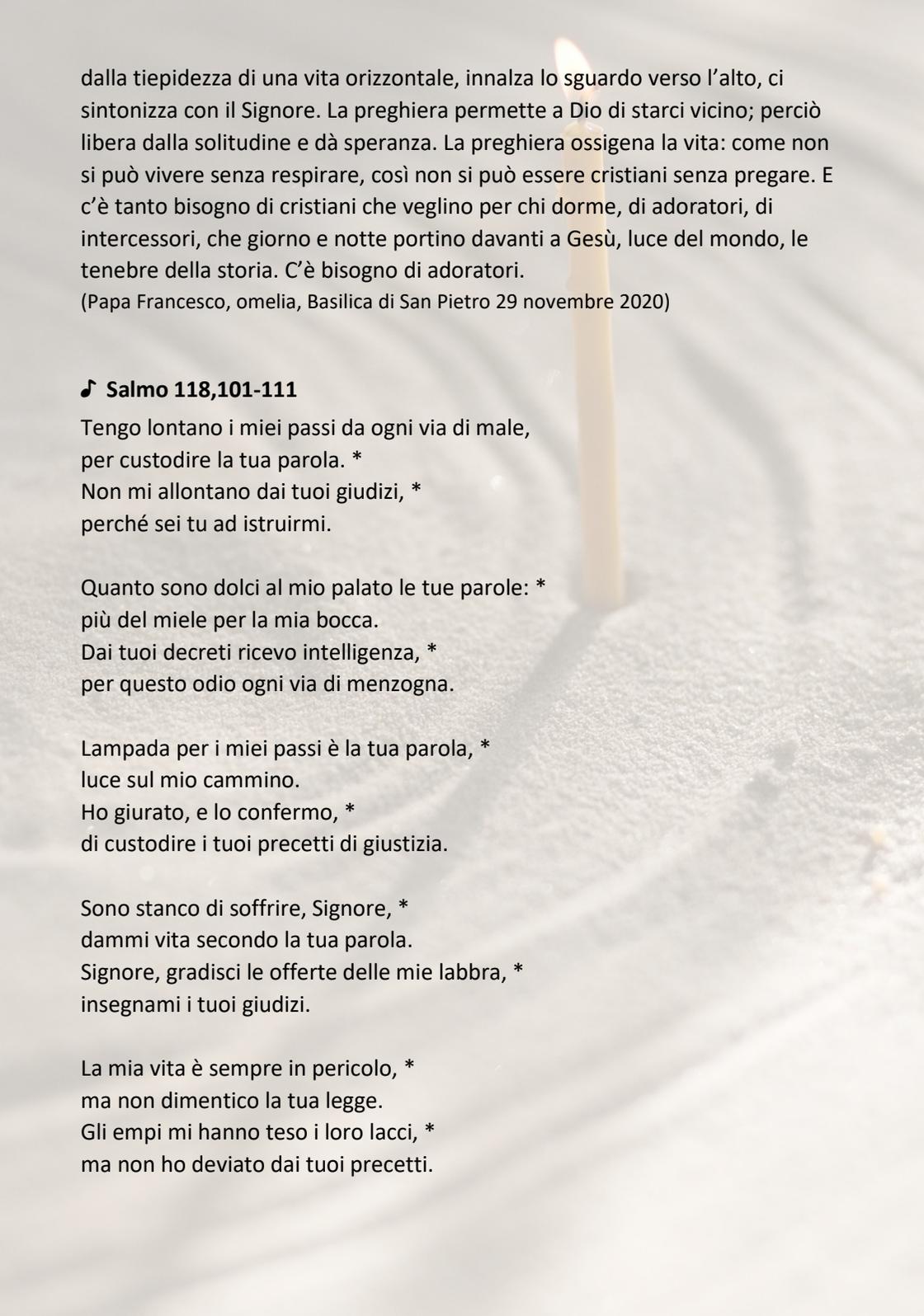
♪ *Cristo Gesù, mia luce interiore, non lasciare che il buio parli in me; Cristo Gesù, o luce interiore, fa' che io accolga il tuo amor.*

«Voi fratelli non siete nelle tenebre... siete tutti figli della luce e figli del giorno, non della notte. Noi non apparteniamo alla notte né alle tenebre» (1 Ts 5,1-6, 9-11). È chiaro quello che vuole dire l'apostolo: l'identità cristiana è identità della luce, non delle tenebre. E Gesù ha portato questa luce nel mondo. San Giovanni nel primo capitolo del suo Vangelo ci dice "la luce è venuta nel mondo", lui, Gesù. Una luce che non è stata ben voluta dal mondo, ma che tuttavia ci salva dalle tenebre, dalle tenebre del peccato. Oggi si pensa che sia possibile ottenere questa luce che squarcia le tenebre attraverso tanti ritrovati scientifici e altre invenzioni dell'uomo, grazie ai quali si può conoscere tutto, si può avere scienza di tutto. Ma la luce di Gesù è un'altra cosa. [...] La luce che ci offre il mondo è una luce artificiale. Forse forte, più forte di quella di Gesù... Forte come un fuoco di artificio, come un flash della fotografia. Invece la luce di Gesù è una luce mite, è una luce tranquilla, è una luce di pace. È come la luce della notte di Natale: senza pretese. È così: si offre e dà pace. La luce di Gesù non fa spettacolo; è una luce che viene nel cuore. Ma com'è la luce che ci offre Gesù? Possiamo riconoscerla perché è una luce umile. Non è una luce che si impone, è umile. È una luce mite, con la forza della mitezza; è una luce che parla al cuore ed è anche una luce che offre la croce. Se noi, nella nostra luce interiore, siamo uomini miti sentiamo la voce di Gesù nel cuore e guardiamo senza paura alla croce nella luce di Gesù.

(Papa Francesco omelia a Santa Marta, 3 settembre 2013)

♪ *Gesù, il tuo ricordo allieta il cuore, Gesù, la tua presenza mi dà pace*

Come possiamo svegliarci dal sonno della mediocrità? Con *la vigilanza della preghiera*. Pregare è accendere una luce nella notte. La preghiera ridesta



dalla tiepidezza di una vita orizzontale, innalza lo sguardo verso l'alto, ci sintonizza con il Signore. La preghiera permette a Dio di starci vicino; perciò libera dalla solitudine e dà speranza. La preghiera ossigena la vita: come non si può vivere senza respirare, così non si può essere cristiani senza pregare. E c'è tanto bisogno di cristiani che veglino per chi dorme, di adoratori, di intercessori, che giorno e notte portino davanti a Gesù, luce del mondo, le tenebre della storia. C'è bisogno di adoratori.

(Papa Francesco, omelia, Basilica di San Pietro 29 novembre 2020)

♪ Salmo 118,101-111

Tengo lontano i miei passi da ogni via di male,
per custodire la tua parola. *

Non mi allontanano dai tuoi giudizi, *
perché sei tu ad istruirmi.

Quanto sono dolci al mio palato le tue parole: *
più del miele per la mia bocca.

Dai tuoi decreti ricevo intelligenza, *
per questo odio ogni via di menzogna.

Lampada per i miei passi è la tua parola, *
luce sul mio cammino.

Ho giurato, e lo confermo, *
di custodire i tuoi precetti di giustizia.

Sono stanco di soffrire, Signore, *
dammi vita secondo la tua parola.

Signore, gradisci le offerte delle mie labbra, *
insegnami i tuoi giudizi.

La mia vita è sempre in pericolo, *
ma non dimentico la tua legge.

Gli empi mi hanno teso i loro lacci, *
ma non ho deviato dai tuoi precetti.



Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti, *
sono essi la gioia del mio cuore.
Gloria...

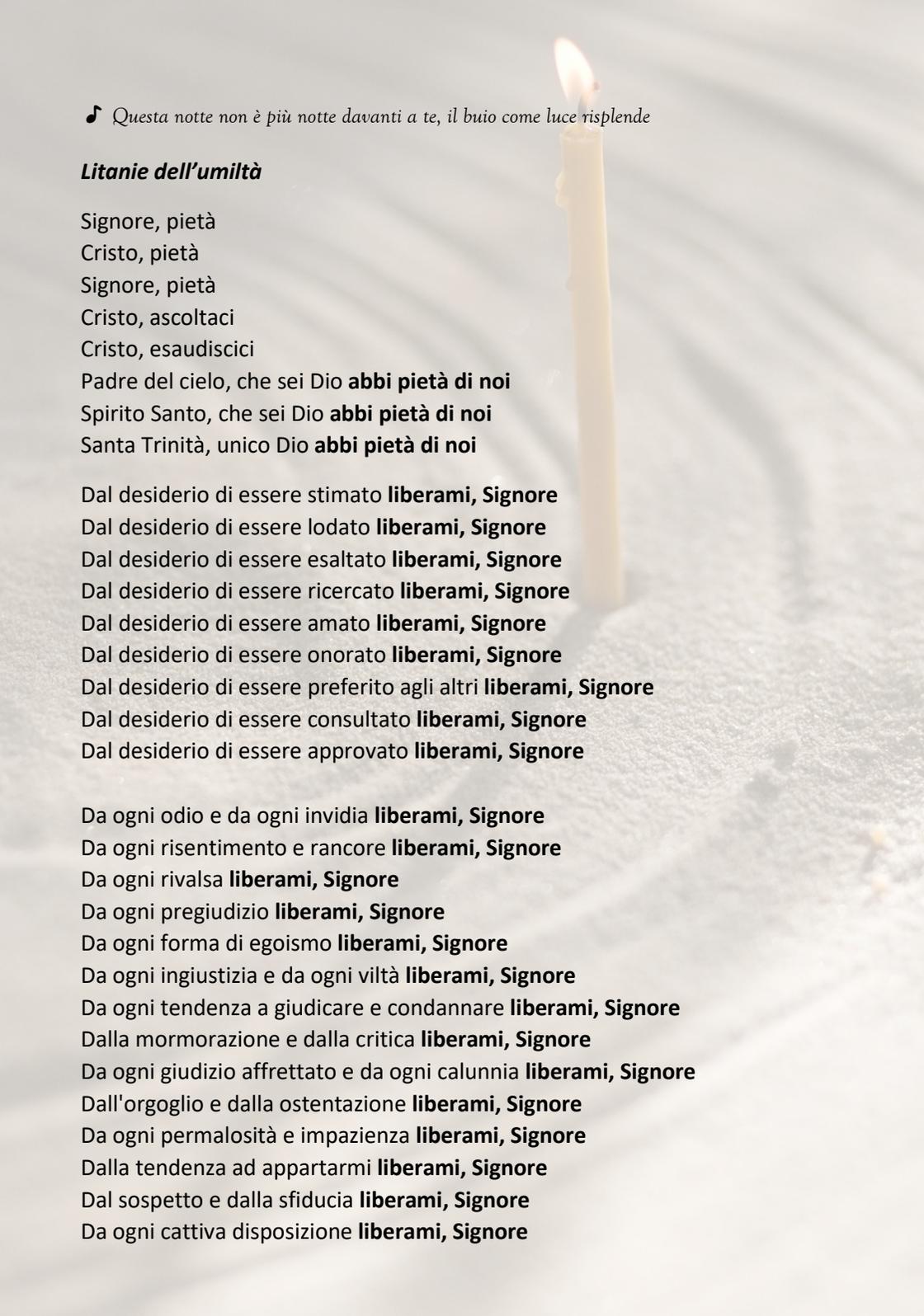
La radice del nostro male è la stoltezza, ossia quel corpo di convinzioni erronee che accumuliamo rifiutando i fatti della nostra vita. Ma esistono anche le buone paure, quella saggezza che piano piano abbiamo accolto, lasciandoci correggere dalla vita, imparando dai nostri errori ma soprattutto ricordando il bene, i nostri atti di apertura, la nostra buona piega, il nostro saper assecondare la vita. È la memoria della grazia, dell'amore di Dio e della nostra fede, è avere imparato ad obbedire al bene. Questa è la nostra **sapienza**. Che si oppone alla nostra stoltezza. «Abbandonate la stoltezza e vivrete, andate per la via dell'intelligenza» (Pr 9,6). Questa è la saggezza: abbandonare la stoltezza, liberarsi dell'inganno del proprio cuore, disobbedire alle proprie paure distruttive, andare diritti per la via della fiducia, della costruttività e dell'amore che riconosce la "via della pace" nelle cose. [...] Ho bisogno ogni mattino di svegliarmi e, forte della sapienza della Chiesa, iniziare la preghiera dicendo: "O Dio vieni a salvarmi!" Da che? Chi è il mio nemico? La mia stoltezza! "Signore, vieni presto in mi aiuto!".

Questa cosa ha un nome. Si chiama **umiltà**.

L'umiltà non è una strana forma di remissività per cui uno abbozza e non crea problemi o passa la vita a denigrarsi o cede il posto a chi gli passa avanti alle poste perché è buonino. Quella è inconsistenza. L'umiltà è la semplice verità ed è il contrario della superbia – che per l'orrore del vuoto fa spendere l'esistenza in atti di auto-esaltazione.

L'umiltà è un contatto con la realtà asciutto, dove non ci si sopravvaluta e neanche ci si autodistrugge. È il senso di sé al cospetto di Dio che libera e rende scevri dal bisogno di essere riconosciuti, lodati, esaltati, onorati, preferiti, considerati rubacchiando qua e là quella gloria da quattro soldi che il mondo può dare. È l'intuizione acuta ma costruttiva delle proprie fragilità e il riconoscimento grato delle proprie prerogative, le une e le altre insieme. È questa la vita sana. [...] È importante ricordare la propria via di grazia, ricordare come si fanno i propri atti di fede, e soprattutto come Dio ci ha amato.

(da F. Rosini, *L'arte di guarire*)



♪ *Questa notte non è più notte davanti a te, il buio come luce risplende*

Litanie dell'umiltà

Signore, pietà

Cristo, pietà

Signore, pietà

Cristo, ascoltaci

Cristo, esaudiscici

Padre del cielo, che sei Dio **abbi pietà di noi**

Spirito Santo, che sei Dio **abbi pietà di noi**

Santa Trinità, unico Dio **abbi pietà di noi**

Dal desiderio di essere stimato **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere lodato **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere esaltato **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere ricercato **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere amato **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere onorato **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere preferito agli altri **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere consultato **liberami, Signore**

Dal desiderio di essere approvato **liberami, Signore**

Da ogni odio e da ogni invidia **liberami, Signore**

Da ogni risentimento e rancore **liberami, Signore**

Da ogni rivalsa **liberami, Signore**

Da ogni pregiudizio **liberami, Signore**

Da ogni forma di egoismo **liberami, Signore**

Da ogni ingiustizia e da ogni viltà **liberami, Signore**

Da ogni tendenza a giudicare e condannare **liberami, Signore**

Dalla mormorazione e dalla critica **liberami, Signore**

Da ogni giudizio affrettato e da ogni calunnia **liberami, Signore**

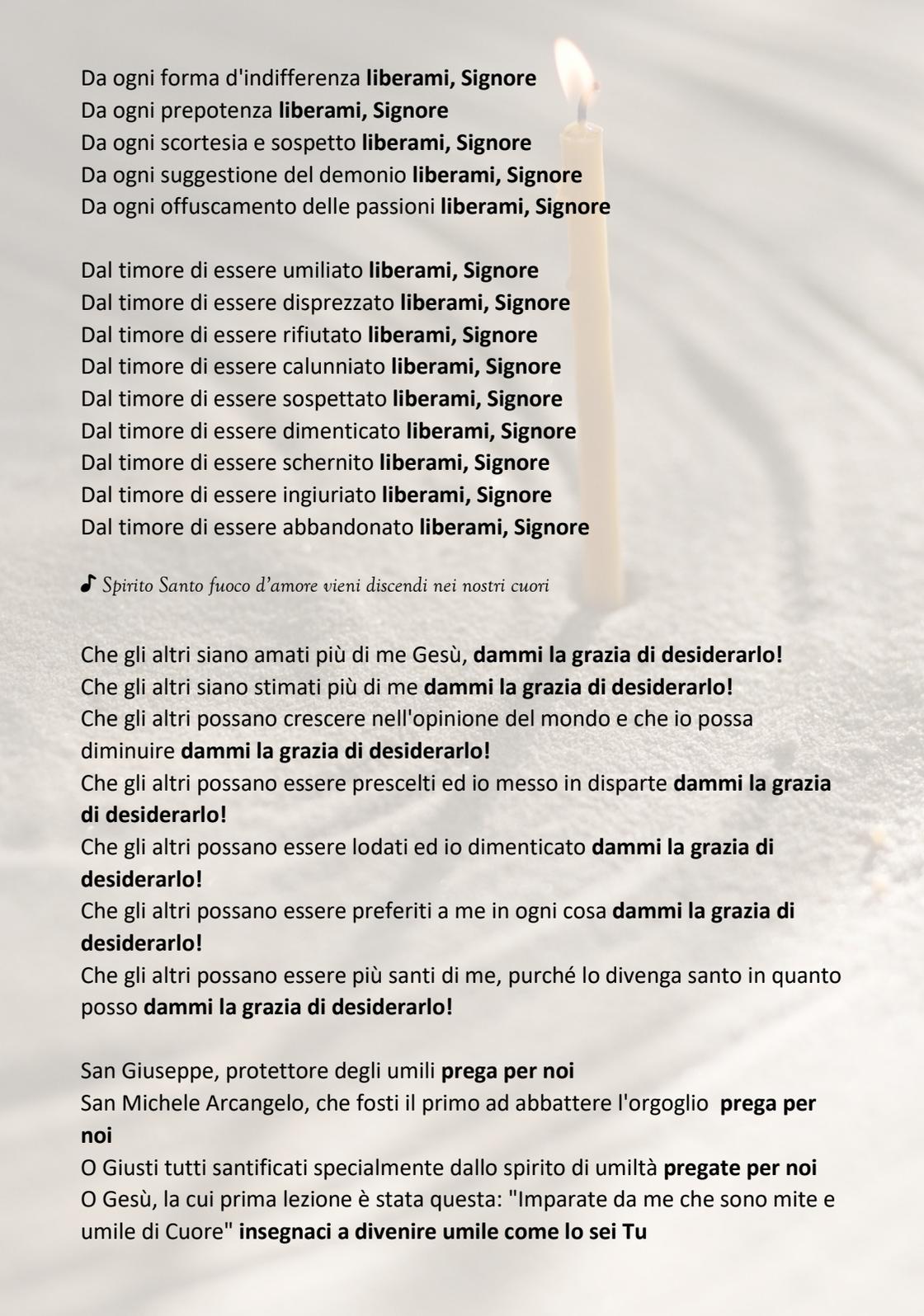
Dall'orgoglio e dalla ostentazione **liberami, Signore**

Da ogni permalosità e impazienza **liberami, Signore**

Dalla tendenza ad appartarmi **liberami, Signore**

Dal sospetto e dalla sfiducia **liberami, Signore**

Da ogni cattiva disposizione **liberami, Signore**



Da ogni forma d'indifferenza **liberami, Signore**
Da ogni prepotenza **liberami, Signore**
Da ogni scortesia e sospetto **liberami, Signore**
Da ogni suggestione del demonio **liberami, Signore**
Da ogni offuscamento delle passioni **liberami, Signore**

Dal timore di essere umiliato **liberami, Signore**
Dal timore di essere disprezzato **liberami, Signore**
Dal timore di essere rifiutato **liberami, Signore**
Dal timore di essere calunniato **liberami, Signore**
Dal timore di essere sospettato **liberami, Signore**
Dal timore di essere dimenticato **liberami, Signore**
Dal timore di essere schernito **liberami, Signore**
Dal timore di essere ingiuriato **liberami, Signore**
Dal timore di essere abbandonato **liberami, Signore**

♪ *Spirito Santo fuoco d'amore vieni discendi nei nostri cuori*

Che gli altri siano amati più di me Gesù, **dammi la grazia di desiderarlo!**
Che gli altri siano stimati più di me **dammi la grazia di desiderarlo!**
Che gli altri possano crescere nell'opinione del mondo e che io possa diminuire **dammi la grazia di desiderarlo!**
Che gli altri possano essere prescelti ed io messo in disparte **dammi la grazia di desiderarlo!**
Che gli altri possano essere lodati ed io dimenticato **dammi la grazia di desiderarlo!**
Che gli altri possano essere preferiti a me in ogni cosa **dammi la grazia di desiderarlo!**
Che gli altri possano essere più santi di me, purché lo divenga santo in quanto posso **dammi la grazia di desiderarlo!**

San Giuseppe, protettore degli umili **prega per noi**

San Michele Arcangelo, che fosti il primo ad abbattere l'orgoglio **prega per noi**

O Giusti tutti santificati specialmente dallo spirito di umiltà **pregate per noi**

O Gesù, la cui prima lezione è stata questa: "Imparate da me che sono mite e umile di Cuore" **insegnaci a divenire umile come lo sei Tu**

♪ *Spirito Santo fuoco d'amore vieni discendi nei nostri cuori*

Perché vogliamo veramente bene ai nostri fratelli **esaudiscici, Signore**
perché siamo tra noi un cuore solo e un'anima sola **esaudiscici, Signore**
perché i nostri sentimenti siano come quelli del tuo cuore **esaudiscici, Signore**
perché rimaniamo uniti nello spirito **esaudiscici, Signore**
perché siamo concordi nell'azione **esaudiscici, Signore**
perché sappiamo comprenderci **esaudiscici, Signore**
perché sappiamo ammettere i torti e perdonarci reciprocamente **esaudiscici, Signore**
perché diveniamo servi premurosi gli uni degli altri **esaudiscici, Signore**
perché siamo sempre sinceri e aperti fra di noi **esaudiscici, Signore**
perché nelle nostre case regni la gioia della carità **esaudiscici, Signore**
perché nella nostra carità il mondo veda il Signore **esaudiscici, Signore**
perché nella nostra Patria regni la concordia **esaudiscici, Signore**
perché cessino le lotte di classe **esaudiscici, Signore**
perché la giustizia sociale sia compiuta nella carità **esaudiscici, Signore**
perché tutti gli uomini si amino **esaudiscici, Signore**

♪ *Spirito Santo fuoco d'amore vieni discendi nei nostri cuori*

Gesù, che sei venuto sulla terra per servire gli uomini **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che hai amato i poveri **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che hai consolato i sofferenti **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che hai sofferto per i peccatori **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che hai parlato dolcemente a chi ti schiaffeggiava e ti tradiva **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che hai raccolto l'invocazione del ladrone **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che hai lodato il buon Samaritano **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che sei morto sulla croce **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che continui a rinnovare il tuo sacrificio d'Amore per noi **rendi il nostro cuore simile al Tuo**
Gesù, che ti fai cibo per sostenerci nel nostro cammino **rendi il nostro cuore**

simile al Tuo

Santa Maria, Vergine piccola ed umile **prega per noi**

Santa Maria, Vergine piena d'Amore e di carità **rendi il nostro cuore simile al Tuo**

Agnello di Dio, che vivi nell'Amore del Padre

abbi pietà di noi

Agnello di Dio, che hai portato agli uomini l'amore del Padre

esaudiscici

Agnello di Dio, che t'immoli per amore degli uomini

convertici

Perdonaci, o Signore tutti i nostri peccati

come noi perdoniamo a coloro che ci hanno offeso.

Preghiamo:

O Dio, che resisti ai superbi e dai la grazia agli umili: concedici la virtù della vera umiltà,

di cui l'Unigenito tuo Figlio s'è fatto esempio, affinché non provochiamo mai il tuo sdegno

con l'orgoglio, ma otteniamo piuttosto il dono del tuo Amore ubbidendo umilmente alla tua Parola.

Per Cristo nostro Signore.

Amen.

♪ *Spirito Santo fuoco d'amore vieni discendi nei nostri cuori*

♪ A mezzanotte: *Veni Creator Spiritus*

Atto di affidamento a Maria

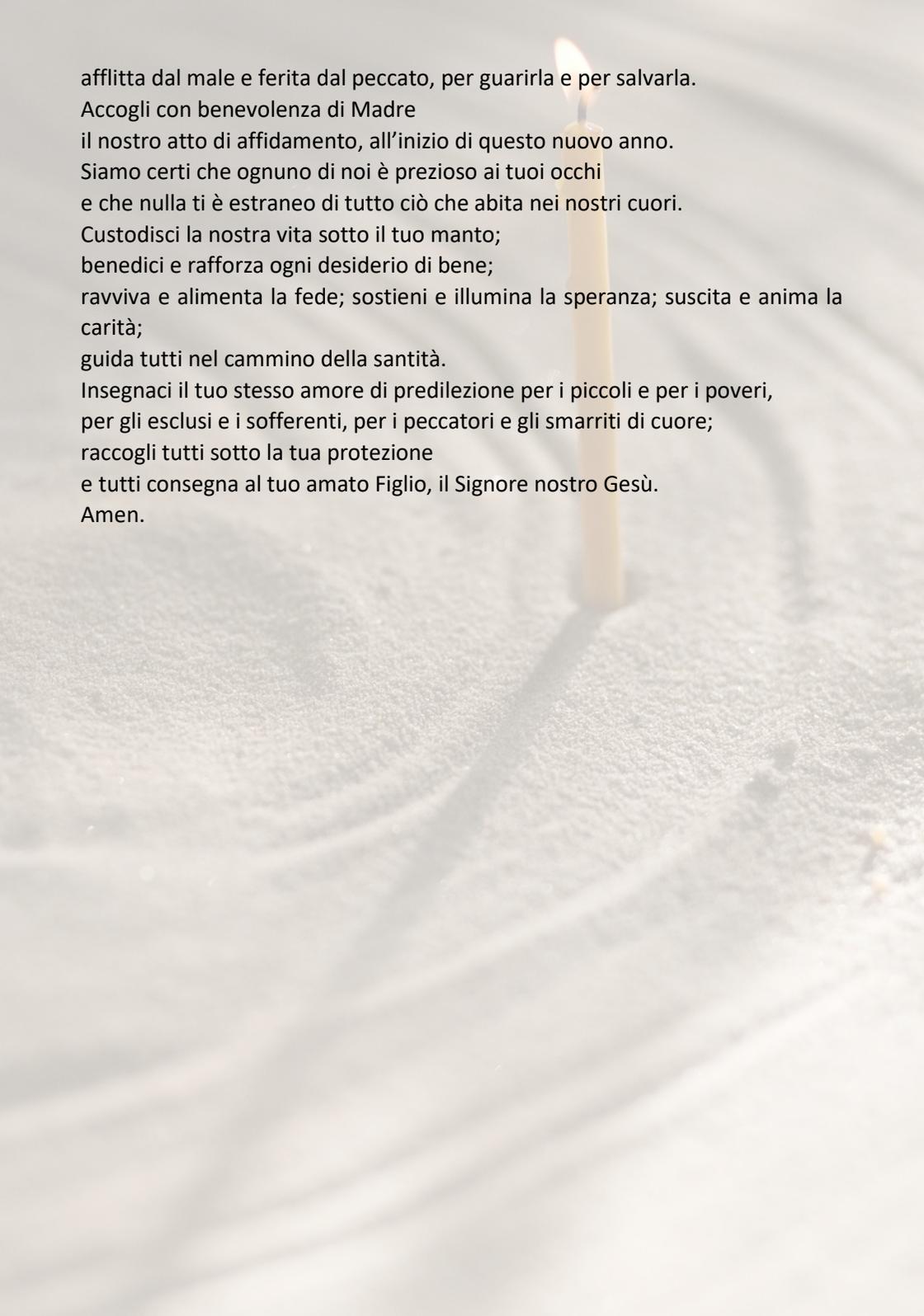
O Beata vergine Maria,

con rinnovata gratitudine per la tua presenza materna

uniamo la nostra voce a quella di tutte le generazioni che ti dicono beata.

Celebriamo in te le grandi opere di Dio,

che mai si stanca di chinarsi con misericordia sull'umanità,

A lit candle stands on a bed of sand. The candle is lit, with a small flame at the top. The sand is light-colored and has some faint, curved lines drawn on it, suggesting a path or a trail. The background is a soft, out-of-focus light color, possibly a wall or a large window. The overall mood is peaceful and contemplative.

afflitta dal male e ferita dal peccato, per guarirla e per salvarla.
Accogli con benevolenza di Madre
il nostro atto di affidamento, all'inizio di questo nuovo anno.
Siamo certi che ognuno di noi è prezioso ai tuoi occhi
e che nulla ti è estraneo di tutto ciò che abita nei nostri cuori.
Custodisci la nostra vita sotto il tuo manto;
benedici e rafforza ogni desiderio di bene;
ravviva e alimenta la fede; sostieni e illumina la speranza; suscita e anima la
carità;
guida tutti nel cammino della santità.
Insegnaci il tuo stesso amore di predilezione per i piccoli e per i poveri,
per gli esclusi e i sofferenti, per i peccatori e gli smarriti di cuore;
raccolgi tutti sotto la tua protezione
e tutti consegna al tuo amato Figlio, il Signore nostro Gesù.
Amen.



MONACHE AGOSTINIANE
Monastero Sant'Agostino - Piana Vernile - Corigliano Rossano (CS)
www.osarossano.it