



COMUNITA' PASTORALE  
S. MARIA della ROCCHETTA  
Cornate d'Adda

Camminiamo Insieme

INFORMATORE PARROCCHIALE

## **PER VIVERE L'ADORAZIONE EUCARISTICA**



Nella prossima settimana, dal 18 al 22 giugno, nella nostra Comunità Pastorale vivremo le "Giornate eucaristiche", che culmineranno con la celebrazione della Solennità del Corpo e Sangue del Signore (Corpus Domini). Verranno proposti molti spazi per l'adorazione eucaristica. Invito a leggere con attenzione qualche suggerimento per vivere questi momenti.

L'adorazione porta soprattutto all'intimità con il Signore e ad approfondire tale intimità. L'adorazione permette di vivere più intensamente, con maggiore partecipazione, le celebrazioni eucaristiche.

### **Cosa si deve fare mentre si è in adorazione eucaristica?**

Essere consapevoli di chi sta davanti a noi. Questo è l'essenziale. Molte volte nelle cappelle si trovano alcuni sussidi, cioè aiuti per la meditazione, libri di spiritualità. E' opportuno ricordare la raccomandazione di San Pier Giuliano Eymard: il Signore apprezza molto di più le nostre povere parole e pensieri che il miglior detto o scritto di altri. Raccomanda il Santo di cominciare sempre la nostra adorazione con un atto di amore verso il Signore.

E' importante abituarsi al silenzio e stabilire un dialogo con il Signore. Raccontargli ciò che ci affligge, intercedere per coloro che hanno chiesto preghiera, o che ci preoccupano, ma, soprattutto, dirgli quanto lo amiamo. Egli conosce le nostre miserie e glielo possiamo dire ma che, nonostante queste miserie, lo amiamo.

Preghiamo di aumentare il nostro amore, la nostra fede, la nostra speranza, la nostra adorazione.

Poi facciamo silenzio. Certo, il silenzio non è facile perché abbiamo un sacco di rumore interno. Ma si impara ad adorare adorando e ad un certo punto raggiungeremo il silenzio interiore. E' necessario lasciarsi amare e lasciarsi abbracciare dal Signore in ogni momento di adorazione. Questo significa entrare nella sua intimità.

Una raccomandazione utile potrà essere anche leggere qualche passo del Vangelo, rimanendo consapevoli che il Signore di cui parla il Vangelo o chi parla in esso, è davanti a noi. Mai disgiungere la Presenza del Signore nel Santissimo con la lettura che facciamo o con il Rosario che preghiamo (che sono altre cose che puoi fare durante l'adorazione). Non è la persona da un lato con la sua preghiera e il Signore da solo, dall'altro lato. Terminiamo, raccomanda inoltre San Pier Giuliano Eymard, con un altro atto d'amore.

Ritornando al Vangelo, si consiglia la Lectio Divina, che è pregare con la Parola di Dio. Per capire e molto sinteticamente, ciò che è, si prenda un passo, per esempio del Vangelo, che può essere scelto in anticipo o quello che esce e si ascolti ciò che dice questo passo usando anche l'immaginazione per collocarlo nella situazione in questione. Poi, vedere che mi dice, che risonanza ha in me, che eco ha questa Parola, cosa mi ha toccato del passo, in cosa mi sento toccato, e finalmente dopo averlo digerito, ciò che emerge dal mio interno, vale a dire che cosa rispondo io nella preghiera.

Infine, ci sono volte che ci sentiamo molto stanchi o molto contrariati per quello che ci è toccato di vivere, o siamo particolarmente provati. In questi casi o non si fa nulla, semplicemente si rimane in adorazione finché la presenza del Signore ci tocchi o si possono recitare dei salmi appropriati alla situazione che si sta vivendo.

