



## *Adorazione eucaristica (novembre 2018)*

### SIGNORE TU MI SCRUTI E MI CONOSCI

#### *Canto per l'esposizione eucaristica*

**Guida:** Il Signore Gesù è qui davanti a noi nell'Eucaristia e desidera un incontro personale, a tu per tu, con Lui. Egli desidera un rapporto intimo, profondo, confidenziale, unico! Chiede di incontrarci nel profondo del nostro cuore, perché ci ama! E, da innamorato, ci invita personalmente ad una relazione d'amore. La preghiera è un rapporto di intimità con il Maestro.

#### *Breve momento di silenzio*

#### *Letto 1: Dal Salmo 139*

*Ad ogni strofa letta dal solista l'assemblea risponderà:*

#### Signore tu mi scruti e mi conosci

- Signore, tu mi scruti e mi conosci, tu sai quando seggo e quando mi alzo. Penetri da lontano i miei pensieri, mi scruti quando cammino e quando riposo.

- Ti sono note tutte le mie vie la mia parola non è ancora sulla lingua e tu, Signore, già la conosci tutta.

- Alle spalle e di fronte mi circondi e poni su di me la tua mano. Stupenda per me la tua saggezza, troppo alta, e io non

la comprendo.

- Dove andare lontano dal tuo spirito, dove fuggire dalla tua presenza? Se salgo in cielo, là tu sei, se scendo negli inferi, eccoti.

- Se prendo le ali dell'aurora per abitare all'estremità del mare, anche là mi guida la tua mano e mi afferra la tua destra.

- Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra e intorno a me sia la notte»; nemmeno le tenebre

per te sono oscure, e la notte è chiara come il giorno; per te le tenebre sono come luce.

- Sei tu che hai creato le mie viscere e mi hai tessuto nel seno di mia madre. Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio; sono stupende le tue opere, tu mi conosci fino in fondo.

- Non ti erano nascoste le mie ossa quando venivo formato

nel segreto, intessuto nelle profondità della terra.

Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi e tutto era scritto nel tuo libro; i miei giorni erano fissati, quando ancora non ne esisteva uno.

- Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore, provami e conosci i miei pensieri: vedi se percorro una via di menzogna e guidami sulla via della vita.

*Silenzio di meditazione. Segue un canto*

## **Letture 2: Dal Vangelo di Giovanni (3,1-8)**



C'era tra i farisei un uomo chiamato Nicodèmo, un capo dei Giudei. Egli andò da Gesù, di notte, e gli disse: «Rabbì, sappiamo che sei un maestro venuto da Dio; nessuno infatti può fare i segni che tu fai, se Dio non è con lui». Gli rispose Gesù: «In verità, in verità ti dico, se uno non rinasce dall'alto, non può vedere il regno di Dio». Gli disse Nicodèmo: «Come può un uomo nascere quando è vecchio? Può forse entrare una seconda volta nel grembo di sua madre e rinascere?». Gli rispose Gesù: «In verità, in verità ti dico, se uno non nasce da acqua e da Spirito, non può entrare nel regno di Dio. Quel che è nato dalla carne è carne e quel che è nato dallo Spirito è Spirito. Non ti meravigliare se t'ho detto: dovete rinascere dall'alto. Il vento soffia

dove vuole e ne senti la voce, ma non sai di dove viene e dove va: così è di chiunque è nato dallo Spirito». Replicò Nicodèmo: «Come può accadere questo?». Gli rispose Gesù: «Tu sei maestro in Israele e non sai queste cose? In verità, in verità ti dico, noi parliamo di quel che sappiamo e testimoniamo quel che abbiamo veduto; ma voi non accogliete la nostra testimonianza. Se vi ho parlato di cose della terra e non credete, come crederete se vi parlerò di cose del cielo? Eppure nessuno è mai salito al cielo, fuorché il Figlio dell'uomo che è disceso dal cielo. E come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna».

*Tempo di adorazione silenziosa e rilettura personale dei testi biblici.  
In seguito risonanza libera, ad alta voce, breve e cristocentrica.*

*Segue un canto.*

**Letture 3: Dall'Angelus di s. Giovanni Paolo II del 10 febbraio 1985**

Tutti ti cercano, o Gesù Cristo. Sì, tutti ti cercano. Molti ti cercano direttamente, chiamandoti per nome, con la fede, la speranza e la carità. Vi sono alcuni che ti cercano indirettamente, attraverso gli altri. E ci sono altri che ti cercano senza saperlo. E ci sono pure coloro che ti cercano, anche se negano questa ricerca. Ciò nonostante ti cercano tutti, ti cercano prima di tutto, perché Tu li cerchi per primo: perché Tu sei diventato per tutti uomo, nel seno della Vergine Madre; perché Tu hai redento tutti a prezzo della tua Croce.



**Guida** : Il Signore Dio, Creatore e Padre, dal nulla ci ha chiamati all'esistenza! Non eravamo, ora siamo! Nella Santissima Trinità, da sempre, dall'eterno, vi è una relazione straordinaria: un grande, immenso, eterno Amore, tra il Padre, il Figlio e lo Spirito

**Santo!** Ecco che l'Onnipotente ha desiderato ardentemente comunicare, irradiare il suo grande ed infinito Amore, **creando, dal nulla**, l'uomo, chiamandolo all'esistenza. **All'origine della nostra vita**, dunque, **troviamo l'Amore!** Siamo nati **dall'Amore** e **per Amore**. Il Creatore, il Padre amorevole, ha desiderato, sin dalle origini, che noi entrassimo in questo meraviglioso "circuito" d'Amore.

**Breve silenzio. Segue un canto**

**Letto 4: Preghiamo insieme e diciamo: Ascoltaci Signore**

- Gesù invita Nicodemo ad un cammino interiore di discernimento, a "rinascere dall'alto", perché ritrovi la gioia del cuore. Chiediamo al Signore di sostenere il cammino di tutti coloro che sentono nel cuore la chiamata a consacrare la loro vita, perché sappiano rimanere sempre strettamente legati a Gesù, in una fedeltà sponsale. **Preghiamo.**

- Il Signore Gesù disse ai suoi discepoli: «Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto». Chiediamo al Signore che continui ancora oggi, a "scegliere", tra i giovani della nostra comunità, alcuni che, seguendo il suo esempio, sappiano rispondere generosamente al Suo amore, consacrando a Lui la propria vita. **Preghiamo.**

- Attraverso il sacramento del Battesimo la Trinità dimora in noi! Chiediamo al Padre il dono di saper gustare tale "presenza" e annunciare, con la propria vita, la bellezza di sentirsi figli di Dio e fratelli di Gesù Cristo. Manda, o Signore, nuovi e santi annunciatori della tua Parola di salvezza. **Preghiamo.**

- «Dio ha tanto amato il mondo da donare suo Figlio, perché chiunque crede in Lui abbia la vita eterna». Chiediamo al Signore il dono di nuove e sante vocazioni missionarie alla Sua Chiesa, perché possano annunciare al mondo questa splendida Verità! **Preghiamo.**

**Padre nostro**

**Benedizione eucaristica e canto finale**