

Adorazione Eucaristica 30-7-2026

XVIII Domenica A

Sia lodato e ringraziato ogni momento il Santissimo e divinissimo Sacramento.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo. Come era nel principio, ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen.

Dolce Cuore del mio Gesù, fa' che ti ami sempre più.

Dolce Cuore di Maria, siate la salvezza dell'anima mia.

Respira in me, tu, Santo Spirito, perché santi siano i miei pensieri. Spingimi, tu, Santo Spirito, perché sante siano le mie azioni. Attirami, tu, Santo Spirito, perché ami le cose sante. Fammi forte, tu, Santo Spirito, perché difenda le cose sante. Difendi me, tu, Santo Spirito, perché non perda mai la tua santa grazia che è in me.

Credo, mio Dio, di essere innanzi a te che mi guardi e ascolti le mie preghiere.

Tu sei tanto grande e tanto santo: io Ti adoro.

Tu mi hai dato tutto: io Ti ringrazio.

Tu sei stato tanto offeso da me: io Ti chiedo perdono con tutto il cuore.

Tu sei tanto misericordioso: io Ti domando tutte le grazie che vedi utili per me.

«Mio Dio! Io credo, adoro, spero e Vi amo! Vi domando perdono per quelli che non credono, non adorano, non sperano e non Vi amano» (Fatima, primavera 1916).

«Santissima Trinità, Padre, Figlio e Spirito Santo, Vi adoro profondamente e Vi offro il preziosissimo corpo, sangue, anima e divinità di Gesù Cristo, presente in tutti i tabernacoli della terra, in riparazione degli oltraggi, sacrilegi e indifferenze con cui Egli stesso è offeso. E, per i meriti infiniti del suo santissimo Cuore e del Cuore Immacolato di Maria, Vi chiedo la conversione dei poveri peccatori» (Fatima, autunno 1916).

ANGELUS

L'angelo del Signore portò l'annuncio a Maria,

Ed ella concepì per opera dello Spirito Santo.

Ave, o Maria...

Eccomi, sono la serva del Signore,
Avvenga di me secondo la tua parola.

Ave, o Maria...

E il Verbo si fece carne,
e venne ad abitare in mezzo a noi.

Ave, o Maria...

Prega per noi, santa Madre di Dio,
affinché siamo fatti degni delle promesse di Cristo.

Preghiamo.

Infondi nel nostro spirito la tua grazia, o Padre: tu, che nell'annuncio dell'angelo ci hai rivelato l'incarnazione del tuo Figlio, per la sua passione e la sua croce guidaci alla gloria della risurrezione. Per Cristo nostro Signore. Amen.

Gloria al Padre... 3 volte

Angelo di Dio...

Eterno riposo ...

Pausa di silenzio canto

Mostra la tua continua benevolenza, o Padre, e assisti il tuo popolo, che ti riconosce creatore e guida; rinnova l'opera della tua creazione e custodisci ciò che hai rinnovato.

O Padre, che apri la tua mano e sazi ogni vivente, fa' che nulla mai ci possa separare dal tuo amore, pane che nutre le profondità della vita e comunione con ogni creatura.

Canto al Vangelo (Mt 4,4)

Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Vangelo Mt 14,13-21

In quel tempo, avendo udito [della morte di Giovanni Battista], Gesù partì di là su una barca e si ritirò in un luogo deserto, in disparte. Ma le folle, avendolo saputo, lo seguirono a piedi dalle città. Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, sentì compassione per loro e guarì i loro malati. Sul far della sera, gli si avvicinarono i discepoli e gli dissero: «Il luogo è deserto ed è ormai tardi; congeda la folla perché vada nei villaggi a comprarsi da mangiare». Ma Gesù disse loro: «Non occorre che vadano; voi stessi date loro da mangiare». Gli risposero: «Qui non abbiamo altro che cinque pani e due pesci!». Ed egli disse: «Portatemeli qui». E, dopo aver ordinato alla folla di sedersi sull'erba, prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli, e i discepoli alla folla. Tutti mangiarono a sazietà, e portarono via i pezzi avanzati: dodici ceste piene. Quelli che avevano mangiato erano circa cinquemila uomini, senza contare le donne e i bambini.

Pausa di silenzio canto

1L. «La prima Lettura ci ricorda che le cose più grandi di questa nostra vita non possono essere acquistate né pagate, perché le cose più importanti ed elementari della nostra vita ci possono soltanto essere donate: il sole e la sua luce, l'aria che respiriamo, l'acqua, la bellezza della terra, l'amore, l'amicizia, la vita stessa. Tutti questi beni essenziali e centrali non possiamo comprarli, ma ci sono donati. La seconda Lettura poi aggiunge che ciò significa che ci sono anche cose che nessuno ci può togliere, che nessuna dittatura, nessuna forza distruttrice ci può rubare. L'essere amati da Dio, che in Cristo conosce e ama ciascuno di noi; nessuno ce lo può portare via e finché abbiamo questo, non siamo poveri, ma ricchi. Il Vangelo aggiunge un terzo passo. Se da Dio riceviamo doni così grandi, a nostra volta dobbiamo donare: in ambito spirituale dando bontà, amicizia e amore, ma anche in ambito materiale – il Vangelo parla della divisione del pane. Queste due cose devono oggi penetrare nella nostra anima: dobbiamo essere persone che donano, perché siamo persone che ricevono; dobbiamo trasmettere agli altri il dono della bontà e dell'amore e dell'amicizia, ma al tempo stesso a tutti coloro che hanno bisogno di noi e che possiamo aiutare, dobbiamo dare anche doni materiali e cercare così di rendere la terra più umana, cioè più vicina a Dio» (BENEDETTO XVI, Angelus, 3-8-2008).

Pausa di silenzio canto

2L. «In questa domenica, il Vangelo ci presenta il miracolo della moltiplicazione dei pani e dei pesci (Mt 14,13-21). Gesù lo compì lungo il lago di Galilea, in un luogo isolato dove si era ritirato con i suoi discepoli dopo aver saputo della morte di Giovanni Battista. Ma tante persone li seguirono e li raggiunsero; e Gesù, vedendole, ne sentì compassione e guarì i malati fino alla sera. Allora i discepoli, preoccupati per l'ora tarda, gli suggerirono di congedare la folla perché potessero andare nei villaggi a comperarsi da mangiare. Ma Gesù, tranquillamente, rispose: “Voi stessi date loro da mangiare” (Mt 14,16); e fattosi portare cinque pani e due pesci, li benedisse, e cominciò a spezzarli e a darli ai discepoli, che li distribuivano alla gente. Tutti mangiarono a sazietà e addirittura ne avanzò!

In questo avvenimento possiamo cogliere tre messaggi. Il primo è la “compassione”. Di fronte alla folla che lo rincorre e – per così dire – “non lo lascia in pace”, Gesù non reagisce con irritazione, non dice: “Questa gente mi dà fastidio”. No, no. Ma reagisce con un sentimento di compassione, perché sa che non lo cercano

per curiosità, ma per bisogno. Ma stiamo attenti: compassione – quello che sente Gesù – non è semplicemente sentire pietà; è di più! Significa con-patire, cioè immedesimarsi nella sofferenza altrui, al punto di prenderla su di sé. Così è Gesù: soffre insieme a noi, soffre con noi, soffre per noi. E il segno di questa compassione sono le numerose guarigioni da lui operate. Gesù ci insegna ad anteporre le necessità dei poveri alle nostre. Le nostre esigenze, pur legittime, non saranno mai così urgenti come quelle dei poveri, che non hanno il necessario per vivere. Noi parliamo spesso dei poveri. Ma quando parliamo dei poveri, sentiamo che quell'uomo, quella donna, quei bambini non hanno il necessario per vivere? Che non hanno da mangiare, non hanno da vestirsi, non hanno la possibilità di medicine... Anche che i bambini non hanno la possibilità di andare a scuola. E per questo, le nostre esigenze, pur legittime, non saranno mai così urgenti come quelle dei poveri che non hanno il necessario per vivere.

Il secondo messaggio è la “condivisione”. Il primo è la compassione, quello che sentiva Gesù, il secondo la condivisione. È utile confrontare la reazione dei discepoli, di fronte alla gente stanca e affamata, con quella di Gesù. Sono diverse. I discepoli pensano che sia meglio congedarla, perché possa andare a procurarsi il cibo. Gesù invece dice: date loro voi stessi da mangiare. Due reazioni diverse, che riflettono due logiche opposte: i discepoli ragionano secondo il mondo, per cui ciascuno deve pensare a sé stesso; ragionano come se dicessero: “Arrangiatevi da soli”. Gesù ragiona secondo la logica di Dio, che è quella della condivisione. Quante volte noi ci voltiamo da un'altra parte pur di non vedere i fratelli bisognosi! E questo guardare da un'altra parte è un modo educato per dire, in guanti bianchi, “arrangiatevi da soli”. E questo non è di Gesù: questo è egoismo. Se avesse congedato le folle, tante persone sarebbero rimaste senza mangiare. Invece quei pochi pani e pesci, condivisi e benedetti da Dio, bastarono per tutti. E attenzione! Non è una magia, è un “segno”: un segno che invita ad avere fede in Dio, Padre provvidente, il quale non ci fa mancare il “nostro pane quotidiano”, se noi sappiamo dividerlo come fratelli.

Compassione, condivisione. E il terzo messaggio: il prodigio dei pani preannuncia “l'Eucaristia”. Lo si vede nel gesto di Gesù che “recitò la benedizione” (v. 19) prima di spezzare i pani e distribuirli alla gente. È lo stesso gesto che Gesù farà nell'Ultima Cena, quando istituirà il memoriale perpetuo del suo Sacrificio redentore. Nell'Eucaristia Gesù non dona un pane, ma “il” pane di vita eterna, dona Sé stesso, offrendosi al Padre per amore nostro. Ma noi dobbiamo andare all'Eucaristia con quei sentimenti di Gesù, cioè la compassione e quella volontà di condividere. Chi va all'Eucaristia senza avere compassione dei bisognosi e senza condividere, non si trova bene con Gesù.

Compassione, condivisione, Eucaristia. Questo è il cammino che Gesù ci indica in questo Vangelo. Un cammino che ci porta ad affrontare con fraternità i bisogni di questo mondo, ma che ci conduce oltre questo mondo, perché parte da Dio Padre e ritorna a Lui. La Vergine Maria, Madre della divina Provvidenza, ci accompagni in questo cammino» (FRANCESCO, Angelus, 3-8-2014).

Pausa di silenzio canto

Pensieri di santa Teresa di Gesù Bambino

Madre, l'umile canto ascolta di quell'amor riconoscente che dal cuor mio di figlia viene! (P 35).

Per il Conquistatore d'anime immolarmi voglio nel Carmelo (P 35).

Godremo nella Patria eterna i frutti dell'apostolato (P 35).

Nulla quaggiù incantarmi mai potrebbe: qui non si trova la vera felicità (P 36).

Nostro Signore si occupa ...di ogni anima come se essa fosse unica (MA 7).

Gesù, mio solo Amore, più che materno è il cuore tuo per me (P 36).

Voglio amarti come un piccolo bambino e, guerriero prode, lottare voglio (P 36).

Pausa di silenzio

Tantum ergo Sacramentum veneremur cernui, et antiquum documentum novo cedat ritui; praestet fides supplementum sensuum defectui. Genitori genitoque laus et jubilatio, salus, honor, virtus quoque sit et benedictio. Procedenti ab utroque compar sit laudatio.

V Hai dato loro il pane disceso dal cielo.

R Che porta con sé ogni dolcezza.

Preghiamo.

Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo Corpo e del tuo Sangue, per sentire sempre in noi i benefici della redenzione. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

Incensazione

Benedizione col Santissimo

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.

Benedetto Gesù nel santissimo Sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

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 Iddio nei suoi Angeli e nei suoi Santi.