

Adorazione Eucaristica 6-8-2026

XIX 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

Dio onnipotente ed eterno, guidati dallo Spirito Santo, osiamo invocarti con il nome di Padre: fa' crescere nei nostri cuori lo spirito di figli adottivi, perché possiamo entrare nell'eredità che ci hai promesso.

O Dio, Signore del cielo e della terra, rafforza la nostra fede e donaci un cuore che ascolta, perché sappiamo riconoscere la tua parola nelle profondità dell'uomo, in ogni avvenimento della vita, nel gemito e nel giubilo del creato.

Canto al Vangelo (Sal 129)

Io spero, Signore. Spera l'anima mia, attendo la sua parola.

Vangelo Mt 14,22-33

[Dopo che la folla ebbe mangiato], subito Gesù costrinse i discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, finché non avesse congedato la folla. Congedata la folla, salì sul monte, in disparte, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava lassù, da solo. La barca intanto distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il vento infatti era contrario. Sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare. Vedendolo camminare sul mare, i discepoli furono sconvolti e dissero: «È un fantasma!» e gridarono dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro dicendo: «Coraggio, sono io, non abbiate paura!». Pietro allora gli rispose: «Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle acque». Ed egli disse: «Vieni!». Pietro scese dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù. Ma, vedendo che il vento era forte, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: «Signore, salvami!». E subito Gesù tese la mano, lo afferrò e gli disse: «Uomo di poca fede, perché hai dubitato?». Appena saliti sulla barca, il vento cessò. Quelli che erano sulla barca si prostrarono davanti a lui, dicendo: «Davvero tu sei Figlio di Dio!».

Pausa di silenzio canto

1L. «Cari fratelli e sorelle, nel vangelo di questa domenica, incontriamo Gesù che, ritiratosi sul monte, prega per tutta la notte. Il Signore, in disparte sia dalla gente che dai discepoli, manifesta la sua intimità con il Padre e la necessità di pregare in solitudine, al riparo dai tumulti del mondo. Questo allontanarsi, però, non deve essere inteso come un disinteresse verso le persone o un abbandono degli Apostoli. Anzi – narra san Matteo – fece salire i discepoli sulla barca per "precederlo sull'altra riva" (Mt 14,22), per incontrarli di nuovo. Nel frattempo, la barca "distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il vento infatti era contrario" (v. 24), ed ecco che "sul finire della notte [Gesù] andò verso di loro camminando sul mare" (v. 25); i discepoli furono sconvolti e scambiandolo per un fantasma "gridarono dalla paura" (v. 26), non lo riconobbero, non capirono che si trattava del Signore. Ma Gesù li rassicura: "Coraggio, sono io, non abbiate paura!" (v. 27). È un episodio, del quale i Padri della Chiesa hanno colto una grande ricchezza di significato. Il mare simboleggia la vita presente e l'instabilità del mondo visibile; la tempesta indica ogni sorta di tribolazione, di difficoltà, che opprime l'uomo. La barca, invece, rappresenta la Chiesa edificata su Cristo e guidata dagli Apostoli. Gesù vuole educare i discepoli a sopportare con coraggio le avversità della vita, confidando in Dio, in Colui che si è rivelato al profeta Elia sull'Oreb nel "sussurro di una brezza leggera" (1 Re 19,12). Il brano continua poi con il gesto dell'apostolo Pietro, il quale, preso da uno slancio di amore verso il Maestro, chiese di andargli incontro, camminando sulle acque. "Ma, vedendo che il vento era forte, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: «Signore, salvami!»" (Mt 14,30). Sant'Agostino, immaginando di rivolgersi all'apostolo, commenta: il Signore "si è abbassato e t'ha preso per mano. Con le tue sole forze non puoi alzarli. Stringi la mano di Colui che scende fino a te". Pietro cammina sulle acque non per la propria forza, ma per la grazia divina, in cui crede, e quando viene sopraffatto dal dubbio, quando non fissa più lo sguardo su Gesù, ma ha paura del vento, quando non si fida pienamente della parola del Maestro, vuol dire che si sta allontanando da Lui ed è allora che rischia di affondare nel mare della vita. Il grande pensatore Romano Guardini scrive che il Signore "è sempre vicino, essendo alla radice del nostro essere. Tuttavia, dobbiamo sperimentare il nostro rapporto con Dio tra i poli della lontananza e della vicinanza. Dalla vicinanza siamo fortificati, dalla lontananza messi alla prova" (Accettare se stessi, Brescia 1992, 71). Cari amici, l'esperienza del profeta Elia che udì il passaggio di Dio e il travaglio di fede dell'apostolo Pietro, ci fanno comprendere che il Signore prima ancora che lo cerchiamo o lo invochiamo, è Lui stesso che ci viene incontro, abbassa il cielo per tenderci la mano e portarci alla sua altezza; aspetta solo che ci fidiamo totalmente di Lui. Invochiamo la Vergine Maria, modello di affidamento pieno a Dio, perché, in mezzo a tante preoccupazioni, problemi, difficoltà che agitano il mare della nostra vita,

risuoni nel cuore la parola rassicurante di Gesù: “Coraggio, sono io, non abbiate paura!”, e cresca la nostra fede in Lui» (BENEDETTO XVI, Angelus, 7-8-2011).

Pausa di silenzio canto

2L. «Oggi il Vangelo narra un particolare prodigio di Gesù: Egli, di notte, cammina sulle acque del lago di Galilea incontro ai discepoli che stanno compiendo la traversata in barca (cfr Mt 14,22-33). Ci domandiamo: perché Gesù ha fatto questo? Come uno spettacolo? No! Ma perché? Forse per una necessità urgente e imprevedibile, per soccorrere i suoi che si trovano bloccati dal vento contrario? No, perché è stato Lui a programmare tutto, a farli partire di sera, persino – dice il testo – “costringendoli” (cfr v. 22). Forse per dare loro una dimostrazione di grandezza e di potenza? Ma questo non è da Lui che è così semplice. Allora, perché lo ha fatto? Perché ha voluto camminare sulle acque?

Dietro al camminare sulle acque c'è un messaggio non immediato, un messaggio da cogliere per noi. A quel tempo, infatti, le grandi distese d'acqua erano ritenute sedi di forze maligne non dominabili dall'uomo; specialmente se agitati dalla tempesta gli abissi erano simbolo del caos e richiamavano le oscurità degli inferi. Ora, i discepoli si trovano nel mezzo del lago al buio: in loro c'è la paura di affondare, di essere risucchiati dal male. E qui arriva Gesù, che cammina sulle acque, cioè sopra le forze del male, Lui cammina sopra le forze del male e dice ai suoi: “Coraggio, sono io, non abbiate paura!” (v. 27). È tutto un messaggio che Gesù ci dà. Ecco il senso del segno: le potenze maligne, che ci spaventano e non riusciamo a dominare, con Gesù vengono immediatamente ridimensionate. Lui, camminando sulle acque, vuole dirci: “Non avere paura, io metto sotto i piedi i tuoi nemici” – bel messaggio: “io metto sotto i piedi i tuoi nemici” –: non le persone!, non sono quelle i nemici, ma la morte, il peccato, il diavolo: questi sono i nemici della gente, i nostri nemici. E Gesù questi nemici li calpesta per noi.

Cristo oggi ripete a ciascuno di noi: “Coraggio, sono io, non avere paura!”. Coraggio, cioè, perché ci sono io, perché non sei più solo nelle acque agitate della vita. E allora, che cosa fare quando ci troviamo in mare aperto e in balia di venti contrari? Cosa fare nella paura, che è un mare aperto, quando si vede solo buio e ci sentiamo perduti? Dobbiamo fare due cose, che nel Vangelo fanno i discepoli. Cosa fanno i discepoli? “Invocano e accolgono” Gesù. Nei momenti più brutti, più bui, di tempesta, invocare Gesù e accogliere Gesù.

I discepoli “invocano” Gesù: Pietro cammina un po' sulle acque verso Gesù, ma poi si spaventa, affonda e allora grida: “Signore, salvami!” (v. 30). Invoca Gesù, chiama Gesù. È bella questa preghiera, con la quale si esprime la certezza che il Signore può salvarci, che Lui vince il nostro male e le nostre paure. [...] E poi i discepoli “accolgono”. Prima invocano, poi accolgono Gesù nella barca. Dice il testo che, appena salito a bordo, “il vento cessò” (v. 32). Il Signore sa che la barca della vita, così come la barca della Chiesa, è minacciata da venti contrari e che il mare su cui navighiamo è spesso agitato. Lui non ci preserva dalla fatica del navigare, anzi – il Vangelo lo sottolinea – spinge i suoi a partire: ci invita, cioè, ad affrontare le difficoltà, perché anch'esse diventino “luoghi di salvezza”, poiché Gesù le vince, diventino occasioni per incontrare Lui. Egli, infatti, nei nostri momenti di buio ci viene incontro, chiedendo di essere accolto, come quella notte sul lago.

Domandiamoci dunque: nelle paure, nelle difficoltà, come mi comporto? Vado avanti da solo, con le mie forze, o invoco il Signore con fiducia? E come va la mia fede? Credo che Cristo è più forte delle onde e dei venti avversi? Ma soprattutto: navigo con Lui? Lo accolgo, gli faccio posto nella barca della mia vita – mai solo, sempre con Gesù –, gli affido il timone? Maria, Madre di Gesù, Stella del mare, ci aiuti a cercare, nelle traversate oscure, la luce di Gesù» (FRANCESCO, Angelus 13-8-2023).

Pausa di silenzio canto

Pensieri di santa Teresa di Gesù Bambino

Il cuore tuo che serba e ridà innocenza mai tradirebbe la fiducia mia (P 36).

Quando in cuor mio si leva la tempesta, verso te, Gesù, io alzo la mia testa (P 36).

Nel misericordioso tuo sguardo leggo: “Figlia, per te, io ho fatto i cieli!” (P 36).

La mia gioia sta nel cuore (P 45).

Se pur piango, io sorrido e accetto riconoscente le spine e le rose insieme (P 45).

Mia gioia è stare nell’ombra e nascondermi e abbassarmi (P 45).

Restare piccola è la mia gioia, così, se cado sul cammino, posso rialzarmi presto (P 45).

Lascia che nel tuo Volto, Signore, io mi nasconda (P 5).

Pausa di silenzio

Tantum ergo Sacramentum venerationem 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.