



Il momento di preghiera inizia con un **canto d'esposizione**, durante il quale viene esposto il Santissimo Sacramento.

Saluto iniziale e introduzione

Cantico

Preghiamo a cori alterni il **Cantico 1 Cr 16,23-33**.

Cantate al Signore, abitanti di tutta la terra; annunziate ogni giorno la sua salvezza.
Proclamate fra i popoli la sua gloria, fra tutte le nazioni i suoi prodigi.

*Difatti grande è il Signore, degno di lode, tremendo sopra tutti gli dèi.
Gli dèi di tutti i popoli sono un nulla; il Signore, invece, ha formato il cielo.*

Davanti a lui stanno maestà e splendore; potenza e bellezza nel suo santuario.

*Date al Signore, stirpi dei popoli, date per il Signore gloria e onore.
Date per il Signore gloria al suo nome, presentatevi a lui con offerte,
prostratevi al Signore in sacri ornamenti.*

Tremate davanti a lui, abitanti di tutta la terra; egli fissò il mondo sì che non crolli.
Gioiscano i cieli ed esulti la terra; si dica fra i popoli: «Il Signore regna».

*Frema il mare con quanto contiene; tripùdi la campagna con quanto è in essa.
Gridino di giubilo gli alberi della foresta di fronte al Signore,
perché viene per giudicare la terra.*

Gloria...

Lettura

Dalla Prima Lettera di San Paolo ai Corinzi (1Cor 11,17-34)

Mentre vi do queste istruzioni, non posso lodarvi, perché vi riunite insieme non per il meglio, ma per il peggio. Innanzi tutto sento dire che, quando vi radunate in assemblea, vi sono divisioni tra voi, e in parte lo credo. È necessario infatti che sorgano fazioni tra voi, perché in mezzo a voi si manifestino quelli che hanno superato la prova. Quando dunque vi radunate insieme, il vostro non è più un mangiare la cena del Signore. Ciascuno infatti, quando siete a tavola, comincia a prendere il proprio pasto e così uno ha fame, l'altro è ubriaco. Non avete forse le vostre case per mangiare e per bere? O volete gettare il disprezzo sulla Chiesa di Dio e umiliare chi non ha niente? Che devo dirvi? Lodarvi? In questo non vi lodo!

Io, infatti, ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese del pane e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: «Questo è il mio corpo, che è per voi; fate questo in memoria di me. Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese anche il calice, dicendo: «Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue; fate questo, ogni volta che ne bevete, in memoria di me. Ogni volta infatti che mangiate questo pane e bevete al calice, voi annunciate la morte del Signore, finché egli venga. Perciò chiunque mangia il pane o beve al calice del Signore in modo indegno, sarà colpevole verso il corpo e il sangue del Signore. Ciascuno, dunque, esamini se stesso e poi mangi del pane e beva dal calice; perché chi mangia e beve senza riconoscere il corpo del Signore, mangia e beve la propria condanna. È per questo che tra voi ci sono molti ammalati e infermi, e un buon numero sono morti. Se però ci esaminassimo attentamente da noi stessi, non saremmo giudicati; quando poi siamo giudicati dal Signore, siamo da lui ammoniti per non essere condannati insieme con il mondo.

Perciò, fratelli miei, quando vi radunate per la cena, aspettatevi gli uni gli altri. E se qualcuno ha fame, mangi a casa, perché non vi raduniate a vostra condanna. Quanto alle altre cose, le sistemerò alla mia venuta.

Eventuali parole di commento di chi presiede.

Silenzio per l'adorazione

Nel tempo di silenzio si suggerisce la seguente lettura da farsi personalmente:

Il tempo quaresimale - Dai «Discorsi» di san Massimo di Torino

Conforme ai profeti, il santo apostolo attesta: «Nel tempo propizio ti ho esaudito, e nel giorno della salvezza ti ho soccorso»; e lui stesso prosegue: «Ecco, ora è il tempo propizio; ecco, ora è il giorno della salvezza» (2Cor 6,2). Anch'io, dunque, vi dichiaro che questi sono i giorni della redenzione, questo il tempo quasi di una celeste medicina, nel quale potremo cancellare tutte le macchie dei nostri vizi, e risanare tutte le ferite dei nostri peccati, se pregheremo con fede il medico delle nostre anime, e osserveremo scrupolosamente, come pazienti docili, i suoi precetti. Il medico è il Signore Gesù Cristo, che disse: «Io ucciderò e ridarò la vita» (Dt 32,39). In certo senso infatti egli uccide prima di vivificare.

Dapprima uccide in noi, col battesimo, gli omicidi, gli adultèri, le empietà, i furti; quindi ci vivifica come uomini nuovi con l'immortalità della vita eterna. Mediante il lavacro moriamo ai peccati, e dallo Spirito siamo rigenerati alla vita, siccome dice il santo apostolo: «Siete morti nei vostri peccati, e la vostra vita è nascosta con Cristo. Siete stati sepolti con lui nella sua morte mediante il battesimo» (Col 3,3). Infatti siamo come uccisi quando cessiamo di essere ciò che eravamo. Con una forma insolita di pietà operano in uno stesso uomo la morte e la vita: muore la concupiscenza dei peccati, e prende vita l'organismo delle virtù.

Il Signore fa morire, ma per comunicare la vita; uccide, ma per recare beneficio; colpisce, per emendare. Ciò che prima eravamo è in noi ucciso, strappato ed estinto a tale punto, da credere che ciò che siamo in seguito è nato di nuovo: questa seconda nascita significa che la vita di prima è ormai finita.

Avendo un tale medico, che sana percotendo e dà vita mortificando, sottoponiamoci con pazienza per esserne curati, così che tagli, recida e asporti tutto quanto in noi è ignominioso, sordido per le iniquità, fetido per le ferite; e così, guarite le piaghe inferte dal diavolo, solo conservi ciò che è di Dio.

Questo il suo precetto primo: che in questi quaranta giorni ci applichiamo ai digiuni, alle preghiere e alle veglie. Con i digiuni la lascivia del corpo viene repressa, l'anima devota si impingua di preghiere e con le veglie le insidie diaboliche sono discacciate. Trascorso questo tempo praticando simili comandi, purificata e affaticata da tanta disciplina, l'anima, che si accosta al battesimo, è allora ristorata dalla inondazione dello Spirito santo; tutto ciò che l'arsura delle svariate malattie aveva disseccato, eccolo bagnato dalla rugiada della celeste grazia, così che, deponendo la corruzione dell'uomo vecchio, riacquisti i caratteri di una nuova giovinezza. [...]

Osserviamo se il Signore non ha voluto che tutto il creato fosse in crescita quasi in virtù di questa santa pratica! Indetta infatti in Quaresima, si rammollisce la terra irrigidita dal gelo dell'inverno, e i fiumi dai ghiacci liquefatti ricevono le acque; così in questo tempo, sono assolti i peccati accumulati dalle iniquità dei nostri corpi, e più puro il corso della nostra vita, sciolto il diabolico rigore, ritrova la sua corrente primitiva. La terra, dunque, indetta la Quaresima, depone l'asperità invernale, ed io rigetto quella dei miei peccati; la terra fuori è smossa dagli aratri per essere preparata alle sementi terrene, la mia terra è solcata dai digiuni per essere aperta ai semi celesti. Nel tempo del digiuno le verzure dei seminati rigermogliano per la messe, il rampollo dell'albero preme e si dilata nell'arbusto, il tralcio della vite si gonfia nella gemma, tutto è un fermentare dal basso verso l'alto; così, in questo stesso tempo, la speranza illanguidita rinverdisce per l'avvenire, la fede smarrita si rinnova per la gloria, la vita temporale avanza a quella eterna, e tutta l'umanità, protesa verso i cieli, si solleva su, dagli inferi alle altezze.

Ora il contadino pota con le cesoie i sarmenti delle vigne, come il vescovo strappa con l'evangelo le sozzure degli uomini: è il lavoro di tutte le creature in questo tempo quaresimale per giungere, senza ingombri adorne e nitide, alla Pasqua. Ora ognuna è in gestazione, per portare frutto quando la spina contro la sua natura mette fuori la rosa, il gambo risplende del suo giglio, e gli aridi virgulti emanano dolcezza: così tutte le cose si adornano di fiori, quasi a celebrare esse stesse, con il loro nitore, la festività del grande giorno. Anche noi, dunque, in questo tempo di digiuno facciamo spuntare le rose sopra le nostre spine, ossia giustizia dai nostri peccati, misericordia dalla severità, generosità dall'avarizia. Col digiuno infatti la libidine produce castimonia, la superbia genera umiltà, l'ebbrezza temperanza. Questi sono i fiori della nostra vita, che olezzano soavemente a Cristo, che spirano il gradito odore a Dio. Il Signore ci ha donato la Quaresima, perché in questo tempo, su l'esempio di tutte le creature, concepiamo i semi delle virtù, per produrre nel giorno della Pasqua i frutti di giustizia.

*Il tempo di silenzio si conclude con un **canto di adorazione**.*

Intercessioni

Benediciamo Cristo Gesù, che si è donato a noi come pane disceso dal cielo e a lui rivolgiamo la nostra comune preghiera:

R. Cristo, pane vivo, fortifica le nostre anime.

Signore, fa' che partecipiamo con fede al banchetto eucaristico, per possedere in abbondanza i beni del mistero pasquale. Ti preghiamo. **R.**

Donaci di accogliere con cuore libero e docile la tua parola per ottenere il frutto della perseveranza. Ti preghiamo. **R.**

Fa' che collaboriamo a costruire un mondo giusto e fraterno, perché tutti siano disponibili a ricevere l'annuncio di pace della tua Chiesa. Ti preghiamo. **R.**

Per il mistero del tuo corpo e del tuo sangue accresci in noi la forza, la fiducia e l'amore, rinvigorisci i deboli, consola gli afflitti, dona la speranza ai morenti. Ti preghiamo. **R.**

Donaci lo spirito di penitenza, sostienici nella lotta contro le forze del male, rinvigorisce la nostra speranza, per essere pronti a celebrare la tua Pasqua. Ti preghiamo. **R.**

Sacerdote eterno, che ti sei offerto al Padre come vittima per tutti gli uomini, accogli nel tuo regno i nostri fratelli defunti. Ti preghiamo. **R.**

Preghiera candidati

Padre buono,
ricolma del Tuo Spirito di amore
questi Tuoi figli,
affinché, conformi al Tuo Figlio Gesù,
siano testimoni
della Tua vicinanza ad ogni uomo
e proclamino
da un confine all'altro della terra
la Sua promessa:

«Io sono con voi».

Maria, Porta del Cielo,
accompagna il loro ministero.
Amen.

Invochiamo Dio Padre che in Gesù Cristo ha manifestato il suo amore infinito per tutti:

Padre Nostro...

*Nel caso in cui l'adorazione sia presieduta da un sacerdote o da un diacono, essa può essere conclusa dalla **benedizione eucaristica**, secondo il rito stabilito.*

*In caso contrario, il momento di preghiera si conclude con la **reposizione** del Santissimo Sacramento accompagnata da un **canto**.*