



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 **Salmo 89**.

Signore, tu sei stato per noi un rifugio di generazione in generazione.
Prima che nascessero i monti e la terra e il mondo fossero generati,
da sempre e per sempre tu sei, Dio.

Tu fai ritornare l'uomo in polvere e dici: «Ritornate, figli dell'uomo».
Ai tuoi occhi, mille anni sono come il giorno di ieri che è passato,
come un turno di veglia nella notte.

Li annienti: li sommergi nel sonno; sono come l'erba che germoglia al mattino:
al mattino fiorisce, germoglia, alla sera è falciata e dissecca.
Perché siamo distrutti dalla tua ira, siamo atterriti dal tuo furore.
Davanti a te poni le nostre colpe, i nostri peccati occulti alla luce del tuo volto.

Tutti i nostri giorni svaniscono per la tua ira, finiamo i nostri anni come un soffio.
Gli anni della nostra vita sono settanta, ottanta per i più robusti,
ma quasi tutti sono fatica, dolore; passano presto e noi ci dileguiamo.

Chi conosce l'impeto della tua ira, e il tuo sdegno, con il timore a te dovuto?
Insegnaci a contare i nostri giorni e giungeremo alla sapienza del cuore.
Volgiti, Signore; fino a quando? Muoviti a pietà dei tuoi servi.

Saziaci al mattino con la tua grazia: esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni.

Rendici la gioia per i giorni di afflizione, per gli anni in cui abbiamo visto la sventura.

Si manifesti ai tuoi servi la tua opera e la tua gloria ai loro figli.

Sia su di noi la bontà del Signore, nostro Dio:

rafforza per noi l'opera delle nostre mani, l'opera delle nostre mani rafforza.

Gloria...

Lettura

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 24,36b-53)

Il Signore Gesù in persona stette in mezzo a loro e disse: «Pace a voi!». Sconvolti e pieni di paura, credevano di vedere un fantasma. Ma egli disse loro: «Perché siete turbati, e perché sorgono dubbi nel vostro cuore? Guardate le mie mani e i miei piedi: sono proprio io! Toccatemi e guardate; un fantasma non ha carne e ossa, come vedete che io ho». Dicendo questo, mostrò loro le mani e i piedi. Ma poiché per la gioia non credevano ancora ed erano pieni di stupore, disse: «Avete qui qualche cosa da mangiare?». Gli offrirono una porzione di pesce arrostito; egli lo prese e lo mangiò davanti a loro.

Poi disse: «Sono queste le parole che io vi dissi quando ero ancora con voi: bisogna che si compiano tutte le cose scritte su di me nella legge di Mosè, nei Profeti e nei Salmi». Allora aprì loro la mente per comprendere le Scritture e disse loro: «Così sta scritto: il Cristo patirà e risorgerà dai morti il terzo giorno, e nel suo nome saranno predicati a tutti i popoli la conversione e il perdono dei peccati, cominciando da Gerusalemme. Di questo voi siete testimoni. Ed ecco, io mando su di voi colui che il Padre mio ha promesso; ma voi restate in città, finché non siate rivestiti di potenza dall'alto». Poi li condusse fuori verso Betània e, alzate le mani, li benedisse. Mentre li benediceva, si staccò da loro e veniva portato su, in cielo. Ed essi si prostrarono davanti a lui; poi tornarono a Gerusalemme con grande gioia e stavano sempre nel tempio lodando Dio.

Eventuali parole di commento di chi presiede.

Silenzio per l'adorazione

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

Uniti al Cristo nel mistero dell'Ascensione – Sant'Agostino

Oggi il Signore nostro Gesù Cristo sale al cielo; salga con lui il nostro cuore. Ascoltiamo quanto ci viene detto dall'apostolo: Se siete risorti col Cristo, cercate i beni di lassù, dove si trova il Cristo, seduto alla destra del Padre, pensate ai beni di lassù, non a quelli terreni (Col 3,1-2). Come infatti egli è salito, senza allontanarsi da noi, così anche noi siamo già lassù con lui, anche se nel nostro corpo non è ancora avvenuto quel che ci viene promesso. Egli è già innalzato al di sopra dei cieli; soffre tuttavia sulla terra tutte le pene che proviamo noi, sue membra.

Volle affermare questo fatto quando dall'alto gridò: Saulo, Saulo, perché mi perseguiti? (Atti 9,4). E ancora: Ebbero fame e mi deste da mangiare (Mt 25,35). Perché anche noi su questa terra non operiamo in modo che, mediante la fede, la speranza e la carità che ci uniscono a lui, possiamo fin d'ora riposare con lui in cielo? Lui, che è lassù, è pure con noi; e noi che viviamo qui siamo nello stesso tempo con lui. Dio può questo per la divinità, la potenza e l'amore; anche noi possiamo farlo sebbene non mediante la divinità come lui, ma certamente per mezzo dell'amore, in lui. Egli non ha

lasciato il cielo quando dal cielo è sceso tra noi e non si è allontanato da noi quando è risalito in cielo. Il suo essere lassù, contemporaneo al suo stare con noi, è attestato proprio da lui, quando dice: Nessuno è asceso al cielo, se non colui che è disceso dal cielo, il Figlio dell'uomo, che è in cielo (Gv 3,13). Non ha detto: il Figlio dell'uomo che sarà in cielo, ma: Il Figlio dell'uomo che è in cielo.

E questa presenza tra noi, pur dimorando nel cielo, egli ce l'ha promessa prima dell'Ascensione: Ecco io sono con voi tutti i giorni sino alla fine del mondo (Mt 28,20). Nessuno è asceso al cielo, se non colui che è disceso dal cielo, il Figlio dell'uomo, che è in cielo (Gv 3,13). Sembrerebbe che ciò riguardasse solo lui, senza riferimento a nessun altro di noi, ma in realtà ciò è stato detto per il fatto che siamo uno, perché lui è il nostro capo e noi siamo il suo corpo.

Questo dunque, concerne solo lui, perché anche noi siamo lui dato che lui è Figlio dell'uomo a causa nostra, e noi a motivo di lui, siamo figli di Dio. Perciò l'apostolo dice: Come il corpo è uno, ma possiede molte membra, però tutte le membra del corpo, pur essendo molte, formano un solo corpo, così anche il Cristo (1Cor 12,12). Il Cristo è costituito dunque di molte membra, ma un unico corpo. Lui solo discese dal cielo per misericordia e vi ascese lui solo, ma ci ha associati a sè, mediante la grazia. Giustamente il Cristo solo è disceso e poi risalito, non perché la dignità del capo si confonda col corpo, ma perché il corpo tutto intero è unito al capo.

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

Intercessioni

Preghiamo il Cristo Salvatore, perché ci doni la pienezza del suo Spirito:

R. Santifica, o Signore, il popolo che tu hai redento.

Il tuo Spirito edifichi la Chiesa nell'unità e nella pace, la preservi da ogni lacerazione o discordia. **R.**

Tu che ci hai riscattati dalla schiavitù di Satana, libera il mondo dalla cupidigia e da ogni forma di sopraffazione. **R.**

Cristo Signore, consacrato dallo Spirito per il ministero messianico mentre pregavi il Padre, fa' che i sacerdoti compenetrino di preghiera la loro vita per renderla feconda nello Spirito. **R.**

Il tuo Spirito illumini i governanti, perché vincano le tentazioni del potere e cerchino sinceramente il bene dell'umanità. **R.**

Tu che vivi nella gloria del Padre, accogli i fedeli defunti nella tua luce sempiterna. **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,
accompagni 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**.*