GIOVEDÌ EUCARISTICO

PARROCCHIE DI COLLAZZONE, COLLEPEPE E GAGLIETOLE

Sussidio per l'animazione e la preghiera comunitaria e personale

PRESENTAZIONE E AVVERTENZE

Il presente sussidio nasce per favorire la preghiera personale davanti al SS. Sacramento: l'incontro con il Signore è lo scopo principale e primario a cui deve mirare l'azione liturgica e pastorale della Chiesa. Di fronte alle difficoltà oggettive di alcuni fedeli a sostare in puro silenzio davanti all'eucaristia, si è ritenuto opportuno offrire un piccolo strumento di preghiera per vivere con i migliori frutti spirituali l'appuntamento settimanale dell'adorazione. In quest'ottica va concepito il servizio nella lettura e nei canti: come mezzo per favorire la preghiera e non ostacolarla. Nel nostro mondo e nelle nostre chiese dove scorrono, spesso o troppo, «fiumi di parole», occorre riscoprire il senso del sacro silenzio, per far parlare il Signore nel nostro cuore. La guida avrà quindi cura, tra le acclamazioni, preghiere, letture, canti, di rispettare, con regolarità e attenzione, i debiti momenti di silenzio. Si richiede pertanto un atteggiamento di sobrietà, di non «voler fare» a tutti i costi, la preghiera comunitaria si deve muovere nel rispetto dei ritmi di ciascuno: alcuni hanno bisogno di momenti di silenzio per la preghiera mentale, altri, nel silenzio, possono comunque disporre del sussidio per la preghiera personale. Se il sussidio porterà ai sospirati frutti spirituali, lo scopo sarà raggiunto, altrimenti si rivelerà uno dei tanti orpelli che, in realtà, ci distolgono dall'essenziale.
Il libretto è strutturato con: gli schemi di preghiera (è consigliabile, secondo le opportunità sceglierne uno), le preghiere per l'adorazione eucaristica (proposto per la preghiera personale, ma non si esclude il loro utilizzo a livello comunitario), i canti durante l'adorazione, l'esame di coscienza e la Confessione sacramentale, la preghiera di Compieta (del Giovedì), la Benedizione e Reposizione eucaristica.

Stampa: Dicembre 2015 - *Pro manuscripto*

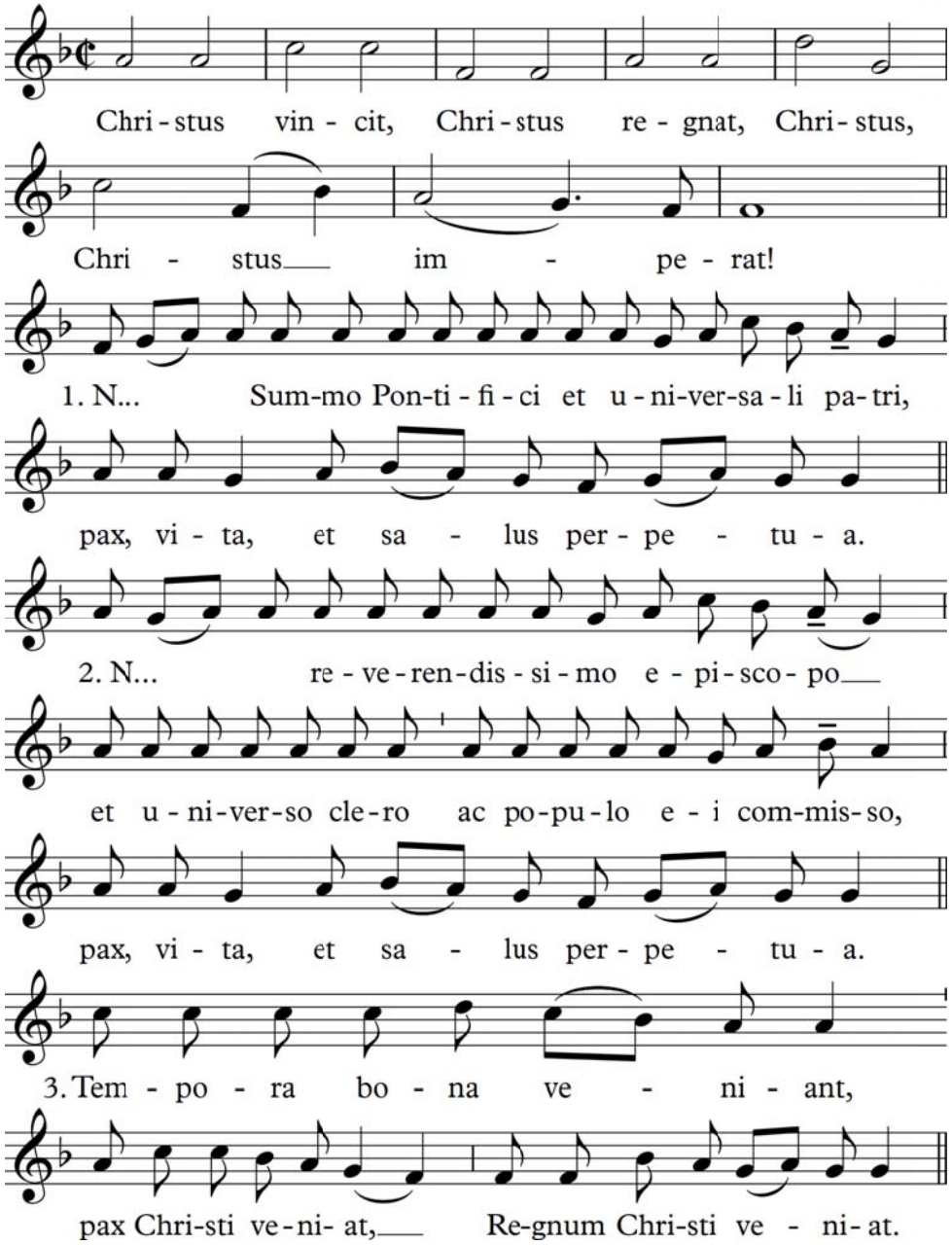
INDICE

SCHEMA DI PREGHIERA I 3
SCHEMA DI PREGHIERA II 5
SCHEMA DI PREGHIERA III 7
SCHEMA DI PREGHIERA IV 9
SCHEMA DI PREGHIERA V 12
SCHEMA DI PREGHIERA VI 15
PREGHIERE VARIE PER L'ADORAZIONE EUCARISTICA 18
CANTI PER L'ADORAZIONE EUCARISTICA 28
1. Adoro te devote 28
2. Adoremus in æternum 29
3. Ave, o divina Ostia di pace 29
4. Alla tua mensa 30
5. Creati per te 30
6. Davanti al Re 30
7. Dov'è carità e amore 30
8. In quell'Ostia 31
9. In te credo, Dio nascosto 31
10. Inni e canti 32
11. Lauda Sion 32
12. Maestà 32
13. Pane di vita nuova 33
14. Pane di vita sei 33
15. Re di gloria 34
16. Resta con noi, Signore la sera 34
17. Signore, sei tu il mio pastor 34
18. Sono qui a lodarti 35
19. Sotto i veli del pan consacrato 35
20. T'adoriam Ostia divina 35
21. Te al centro del mio cuore 36
Altri canti 36
CONFESSIONE SACRAMENTALE 37
Esame di coscienza 37
Rito per la Riconciliazione dei singoli penitenti 39
COMPIETA, BENEDIZIONE e REPOSIZIONE EUCARISTICA 41

---

in copertina: Ugolino di Prete Ilario († -1404c.),
Il papa Urbano IV incontra il Vescovo di Orvieto sul ponte di Rio Chiaro (1357-1364),
affresco, Orvieto, Duomo, Cappella del Corporale

CHRISTUS VINCIT



SCHEMA DI PREGHIERA I

Ripetiamo insieme: **Signore, noi ti adoriamo.**

- Signore tu solo hai parole di vita eterna.
- Accresci nel tuo popolo la carità, o Signore.
- Signore aiutaci a credere di più e ad amare di più.
- Conservaci nel tuo amore Signore.
- O Signore custodisci nella tua pace le nostre famiglie.
- Gesù figlio di Davide, abbi pietà di noi.
- La tua parola è vita Signore.
- O Signore tu sei il pane della vita.

O Gesù, noi riconosciamo in te il Pastore buono
che ci guida sulle strade dell'esistenza,
il Maestro sapiente che dispensa
luce ai nostri cuori ottenebrati,
il Redentore che con tanta prodigalità
di amore e di grazia viene a noi incontro
e si fa ineffabilmente Pane di vita
per questo nostro cammino nel tempo
verso l'eterno possesso di Dio.
La nostra fede in te prorompe, con sobria giocondità,
nell'esultanza di preghiere corali e di canti festosi,
e si riversa anche all'esterno dei templi
portando ovunque una nota di letizia
e un annuncio di speranza.
Sotto i bianchi veli dell'Ostia consacrata,
sappiamo di avere con noi
il Signore della vita e della morte,
«Colui che è, che era e che viene».
Tu infatti sei con noi tutti i giorni sino alla fine. Amen.

S. Sia lodato e ringraziato, ogni momento,
R. **Il Santissimo e Divinissimo Sacramento.**

Gloria al Padre …

Ascoltiamo la parola di Dio dalla prima Lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi (11, 23-26):

Io 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 di questo pane e bevete di questo calice, voi annunziate la morte del Signore finché egli venga.

[PER LA MEDITAZIONE PERSONALE]

Dalla Costituzione *Sacrosanctum Concilium* del Concilio Vaticano II

Il nostro Salvatore nell'ultima cena, la notte in cui fu tradito, istituì il sacrificio eucaristico del suo corpo e del suo sangue, onde perpetuare nei secoli fino al suo ritorno il sacrificio della croce, e per affidare così alla sua diletta sposa, la Chiesa, il memoriale della sua morte e della sua resurrezione: sacramento di amore, segno di unità, vincolo di carità, convito pasquale, nel quale si riceve Cristo, l'anima viene ricolma di grazia e ci è dato il pegno della gloria futura. Perciò la Chiesa si preoccupa vivamente che i fedeli non assistano come estranei o muti spettatori a questo mistero di fede, ma che, comprendendolo bene nei suoi riti e nelle sue preghiere, partecipino all'azione sacra consapevolmente, piamente e attivamente; siano formati dalla parola di Dio; si nutrano alla mensa del corpo del Signore; rendano grazie a Dio; offrendo la vittima senza macchia, non soltanto per le mani del sacerdote, ma insieme con lui, imparino ad offrire se stessi, e di giorno in giorno, per la mediazione di Cristo, siano perfezionati nell'unità con Dio e tra di loro, di modo che Dio sia finalmente tutto in tutti.

Cel.	*Panem de caelo præstitisti eis.*	Hai dato loro il pane disceso dal cielo,
R.	***Omne delectamentum in se habentem.***	**che porta in sé ogni dolcezza.**

ORAZIONE

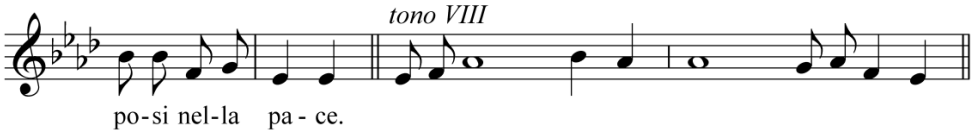
Oremus. *Deus, qui nobis sub sacramento mirabili, passionis tuae memoriam reliquisti: tribue, quaesumus, ita nos corporis et sanguinis tui sacra mysteria venerari, ut redemptionis tuæ fructum in nobis iugiter sentiamus. Qui vivis et regnas in saecula saeculorum.*	Preghiamo. Signore Gesù Cristo, che nel 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.

R. **Amen.**

Il celebrante imparte la Benedizione Eucaristica.

ACCLAMAZIONI

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 Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.



CANTICO DI SIMEONE Lc 2,29-32
Cristo, luce delle genti e gloria di Israele

*O*ra lascia, o Signore, che il tuo *ser*vo *
vada in pace secondo la tu*a* pa**ro**la;

*per*ché i miei occhi han visto la tua sal*vez*za *
preparata da te davanti a *tut*ti i **po**poli,

*lu*ce per illuminare le *gen*ti *
e gloria del tuo popolo *I*sra**e**le.

*Glo*ria al Padre e al *Fi*glio *
e allo Spi*ri*to **San**to.

*Co*me era nel principio, e ora e *sem*pre, *
nei secoli dei se*co*li. **A**men.

ORAZIONE

Signore Dio nostro, donaci un sonno tranquillo, perché ristorati dalle fatiche del giorno, ci dedichiamo corpo e anima al tuo servizio. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

BENEDIZIONE E REPOSIZIONE EUCARISTICA

1. Tantum ergo sacramentum
veneremur cernui,
et antiquum documentum
novo cedat ritui;
præstet fides supplementum
sensuum defectui.

Adoriamo, dunque, prostrati
un sì gran sacramento;
l'antica legge
ceda alla nuova,
e la fede supplisca
al difetto dei nostri sensi.

2. Genitori, Genitoque
laus et jubilatio,
salus, honor, virtus quoque
sit et benedictio:
procedenti ab utroque
compar sit laudatio. Amen.

Gloria e lode,
salute, onore,
potenza e benedizione
al Padre e al Figlio:
pari lode sia allo Spirito Santo,
che procede da entrambi. Amen.

SCHEMA DI PREGHIERA II

In comunione con la Chiesa, ripetiamo: **Benedetto nei secoli il Signore.**

- Sacerdote del Dio altissimo, hai offerto te stesso una volta per tutte in sacrificio: insegnaci a offrirci con te.
- Gesù Salvatore, tu hai accettato il calice della passione: insegnaci a fare la volontà del Padre.
- Redentore degli uomini, tu inviti la Chiesa a compiere l'eucaristia in memoria di te: sostieni il suo impegno a seguirti.
- Buon Pastore, coloro che nutri di te, trasformali in te.
- Agnello di Dio immolato, sempre vivo, conduci al termine del passaggio coloro che hanno varcato la soglia della morte.

Noi ti benediciamo, Padre nostro,
per la santa vite di Davide, tuo servitore,
che ci hai rivelato per mezzo di Gesù, tuo figlio;
a te gloria per sempre. Amen.
Noi ti benediciamo, Padre nostro,
per la vita e la conoscenza
che ci hai rivelate per mezzo di Gesù, tuo figlio;
a te la gloria per sempre. Amen.
Come questo pane spezzato,
prima disperso sulle colline,
raccolto è diventato uno,
così anche la tua Chiesa si raccolga
dalle estremità della terra nel tuo regno;
poiché tua è la gloria
e la potenza per sempre. Amen.

S. Sia lodato e ringraziato, ogni momento,
R. **Il Santissimo e Divinissimo Sacramento.**

Gloria al Padre …

Ascoltiamo la Parola del Signore dal Vangelo secondo Luca (24, 28-35)

Quando i due discepoli furono vicini al villaggio dove erano diretti, Gesù fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: «Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino». Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. Ed essi si dissero l'un l'altro: «Non ci ardeva forse il cuore nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture?». E partirono senz'indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone». Essi poi riferirono ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

[PER LA MEDITAZIONE PERSONALE]

Dalla Costituzione *Sacrosanctum Concilium* del Concilio Vaticano II

Nella liturgia terrena noi partecipiamo per anticipazione alla liturgia celeste che viene celebrata nella santa città di Gerusalemme, verso la quale tendiamo come pellegrini, dove il Cristo siede alla destra di Dio quale ministro del santuario e del vero tabernacolo; insieme con tutte le schiere delle milizie celesti cantiamo al Signore l'inno di gloria; ricordando con venerazione i santi, speriamo di aver parte con essi; aspettiamo come Salvatore il Signore nostro Gesù Cristo, fino a quando egli comparirà, egli che è la nostra vita, e noi saremo manifestati con lui nella gloria. Nondimeno la liturgia è il culmine verso cui tende l'azione della Chiesa e, al tempo stesso, la fonte da cui promana tutta la sua energia. [...] A sua volta, la liturgia spinge i fedeli, nutriti dei «sacramenti pasquali», a vivere «in perfetta unione»; prega affinché «esprimano nella vita quanto hanno ricevuto mediante la fede»; la rinnovazione poi dell'alleanza di Dio con gli uomini nell'eucaristia introduce i fedeli nella pressante carità di Cristo e li infiamma con essa. Dalla liturgia, dunque, e particolarmente dall'eucaristia, deriva in noi, come da sorgente, la grazia, e si ottiene con la massima efficacia quella santificazione degli uomini nel Cristo e quella glorificazione di Dio, alla quale tendono, come a loro fine, tutte le attività della Chiesa.

perché non abbandonerai la mia vita *nel* se**pol**cro, *
né lascerai che il tuo santo veda la *cor*ru**zio**ne.

Mi indicherai il sentiero della *vi*ta, †
gioia piena nella tu*a* pre**sen**za *
dolcezza senza fine alla *tu*a **de**stra.

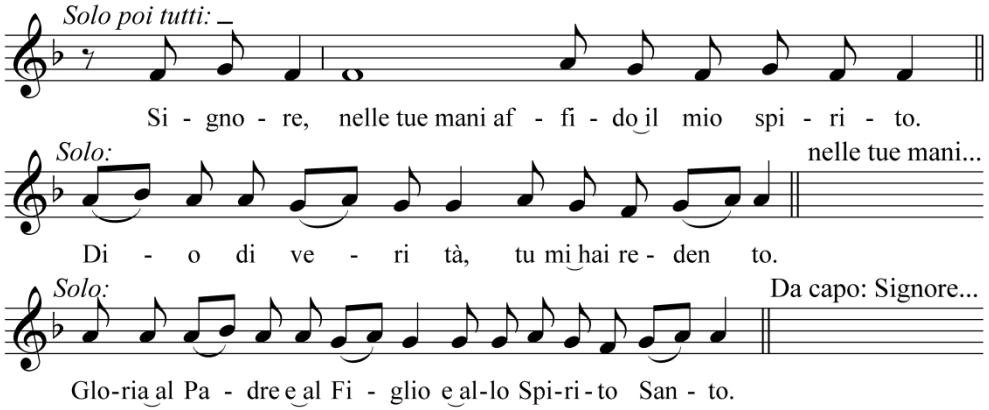
Gloria al Padre *e* al **Fi**glio *
e allo Spi*ri*to **San**to.

Come era nel principio, e o*ra* e **sem**pre, *
nei secoli dei sec*o*li. **A**men.

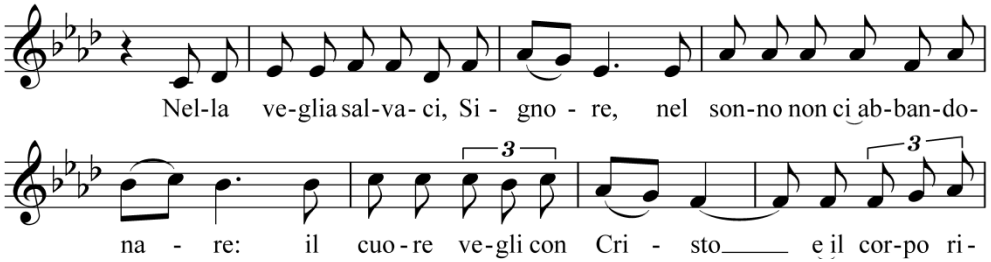
LETTURA BREVE 1Ts 5,23

Il Dio della pace vi santifichi fino alla perfezione; e tutto quello che è vostro, spirito, anima e corpo, si conservi irreprensibile per la venuta del Signore nostro Gesù Cristo.

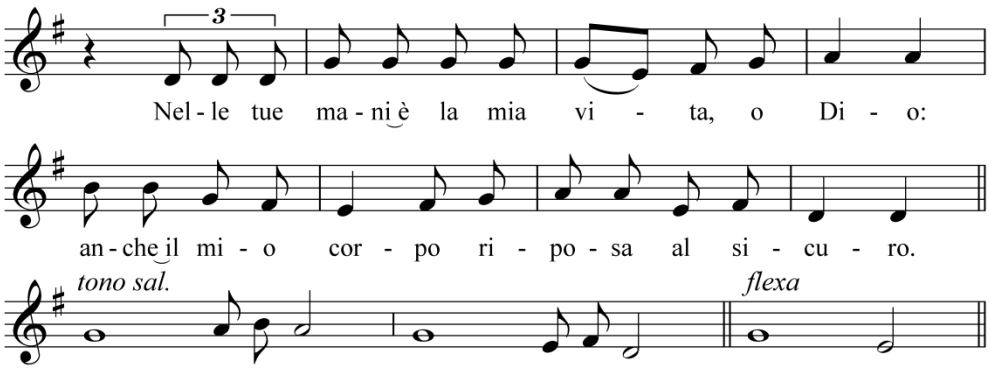
RESPONSORIO BREVE



ANTIFONA AL *NUNC DIMITTIS*



ANTIFONA



Nel tempo pasquale si esegue l'Alleluia gregoriano (VI modo)

SALMO 15 Il Signore è mia eredità

Dio ha risuscitato Gesù, sciogliendolo dalle angosce della morte (At 2,24)

Proteggi*mi*, o **Di**o: *
in te *mi* ri**fu**gio.

Ho detto a Dio: «Sei tu il mi*o* Si**gno**re, *
senza di te non ho *al*cun **be**ne».

Per i santi, che sono sulla terra, uo*mi*ni **no**bili, *
è tutto il *mi*o a**mo**re.

Si affrettino altri a costruire *i*doli: †
io non spanderò le loro libazio*ni* di **san**gue, *
né pronunzierò con le mie labbra i *lo*ro **no**mi.

Il Signore è mia parte di eredità e *mi*o **ca**lice: *
nelle tue mani è la *mi*a **vi**ta.

Per me la sorte è caduta su luoghi *de*li**zio**si, *
la mia eredità *è* ma**gni**fica.

Benedico il Signore che mi ha da*to* con**si**glio; *
anche di notte il mio cuore mi *is*tru**i**sce.

Io pongo sempre innanzi a me *il* Si**gno**re, *
sta alla mia destra, non posso *va*cil**la**re.

Di questo gioisce il mio *cuo*re, †
esulta la *mi*a **a**nima; *
anche il mio corpo riposa *al* si**cu**ro,

SCHEMA DI PREGHIERA III

Col cuore sostenuto dalla fede, aperto alla speranza, ardente di carità, diciamo insieme: **Resta con noi, Signore.**

- Quando i dubbi contro la fede ci assalgono.
- Quando lo scoraggiamento atterra la nostra speranza.
- Quando l'indifferenza raffredda il nostro amore per te.
- Quando le nostre giornate sono piene di distrazioni.
- Quando la tentazione ci sembra troppo forte.
- Quando la sconfitta ci coglie di sorpresa.
- Quando ci troviamo soli e abbandonati da tutti.
- Quando il dolore ci porta alla disperazione.
- Quando suonerà l'ora del nostro ritorno a te.
- Nella gioia e nel dolore.
- Nella vita e nella morte.

L'unica spiga, Cristo, ha dato il pane del cielo infinito.
Finirono i cinque pani da lui spezzati,
ma un pane egli spezzò che vinse la creazione:
più lo spezzi, più si moltiplica.
Ricolmò a Cana le giare di vino abbondante:
lo si attinse, lo si bevve e finì
benché fosse moltiplicato.
Ma la bevanda che offrì nel calice,
anche se modesta, fu di potenza senza limiti.
E' un calice che contiene tutti i vini.
Unico è il pane che spezzi senza limite,
unico è il calice in cui mesci il vino senza fine.
Il grano, Cristo, seminato per tre giorni nella terra
ha germinato e ha riempito il granaio della vita.

S. Sia lodato e ringraziato, ogni momento,
R. **Il Santissimo e Divinissimo Sacramento.**

Gloria al Padre …

Ascoltiamo la Parola di Dio dalla Lettera agli Ebrei (10, 5-10)

Entrando nel mondo, Cristo dice: Tu non hai voluto né sacrificio né offerta, un corpo invece mi hai preparato. Non hai gradito né olocausti né sacrifici per il peccato. Allora ho detto: Ecco, io vengo poiché di me sta scritto nel rotolo del libro per fare, o Dio, la tua volontà. Dopo aver detto prima non hai voluto e non hai gradito né sacrifici né offerte, né olocausti né sacrifici per il peccato, cose tutte che vengono offerte secondo la legge, soggiunge: Ecco, io vengo a fare la tua volontà. Con ciò stesso egli abolisce il primo sacrificio per stabilirne uno nuovo. Ed è appunto per quella volontà che noi siamo stati santificati, per mezzo dell'offerta del corpo di Gesù Cristo, fatta una volta per sempre.

[PER LA MEDITAZIONE PERSONALE]

Dalla Costituzione *Lumen Gentium* del Concilio Vaticano II

Il Figlio di Dio, unendo a sé la natura umana e vincendo la morte con la sua morte e resurrezione, ha redento l'uomo e l'ha trasformato in una nuova creatura. Comunicando infatti il suo Spirito, costituisce misticamente come suo corpo i suoi fratelli, che raccoglie da tutte le genti. In quel corpo la vita di Cristo si diffonde nei credenti che, attraverso i sacramenti si uniscono in modo arcano e reale a lui sofferente e glorioso. Per mezzo del battesimo siamo resi conformi a Cristo: «Infatti noi tutti «fummo battezzati in un solo Spirito per costituire un solo corpo». Con questo sacro rito viene rappresentata e prodotta la nostra unione alla morte e resurrezione di Cristo: «Fummo dunque sepolti con lui per l'immersione a figura della morte»; ma se, fummo innestati a lui in una morte simile alla sua, lo saremo anche in una resurrezione simile alla sua». Partecipando realmente del corpo del Signore nella frazione del pane eucaristico, siamo elevati alla comunione con lui e tra di noi: «Perché c'è un solo pane, noi tutti non formiamo che un solo corpo, partecipando noi tutti di uno stesso pane». Così noi tutti diventiamo membri di quel corpo, «e siamo membri gli uni degli altri».

COMPIETA, BENEDIZIONE e REPOSIZIONE EUCARISTICA

O Dio, vieni a salvarmi. Gloria al Padre. Come era nel principio. Alleluia.

A questo punto, è bene sostare alquanto in silenzio per l'esame di coscienza. Al termine il presidente e l'assemblea dicono:

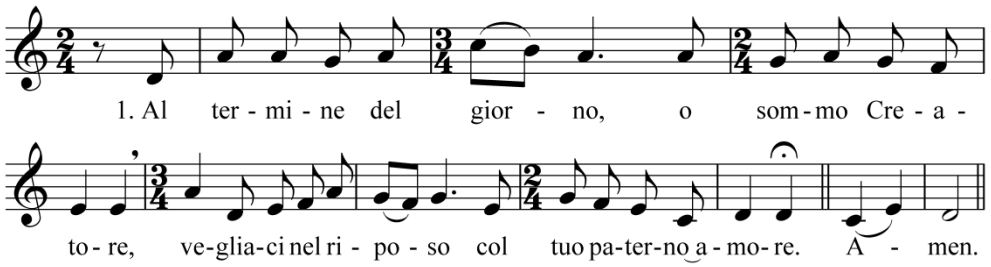
Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli, di pregare per me il Signore Dio nostro.

Il celebrante conclude:

Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna. **Amen.**

Si può adottare anche uno degli altri formulari dell'atto penitenziale della Messa.

INNO



2. Salute dona al corpo,
fervore per lo spirito,
la luce tua rischiari
le ombre della notte.

3. Nel sonno delle membra
fedele resti il cuore:
allo spuntar dell'alba
intoni la tua lode.

4. Sia onore e gloria al Padre
al Figlio e allo Spirito,
all'unico e trino Signor
nei secoli sia gloria.

Amen.

Il sacerdote tenendo stese le mani sul capo del penitente, dice:
Dio, Padre di misericordia, che ha riconciliato a sé il mondo nella morte e risurrezione del suo Figlio, e ha effuso lo Spirito Santo per la remissione dei peccati, ti conceda, mediante il ministero della Chiesa, il perdono e la pace.
E io ti assolvo dai tuoi peccati nel nome del Padre e del Figlio **+** e dello Spirito Santo.

Il penitente risponde:
Amen.

RENDIMENTO DI GRAZIE E CONGEDO DEL PENITENTE

Dopo l'assoluzione il sacerdote prosegue:
Lodiamo il Signore perché è buono.

Il penitente conclude:
Eterna è la sua misericordia.

Quindi il sacerdote congeda il penitente riconciliato, dicendo:
Il Signore ha perdonato i tuoi peccati. Va' in pace.

SCHEMA DI PREGHIERA IV

Ripetiamo insieme: **Noi ti adoriamo.**

- Figlio dell'Altissimo.
- Cristo, su cui è disceso lo Spirito di Dio.
- Nazareno, che Dio ha unto di Spirito santo e potenza.
- O sole di giustizia, che sorgi dall'alto a rischiarare chi sta nelle tenebre e nell'ombra di morte.
- Tu che sei la manifestazione della bontà di Dio e del suo amore per gli uomini.
- Figlio di Dio, splendore della gloria del Padre e immagine della sua sostanza.
- Emmanuele, Dio con noi.
- Tu che sei la luce vera venuta nel mondo per illuminare ogni uomo.
- Verbo di Dio fatto carne e venuto ad abitare in mezzo a noi.

Signore, non so cosa domandarti.
Tu, però, conosci le mie necessità
perché tu mi ami più di me stesso.
Concedi a me, tuo servo, quanto non so chiederti.
Io non oso domandarti né croci né consolazioni.
Rimango solo in veglia davanti a te: tu vedi ciò che ignoro.
Agisci secondo la tua misericordia!
Se vuoi, colpiscimi e guariscimi, atterrami e rialzami.
Io continuerò ad adorare la tua volontà
e davanti a te starò in silenzio.
A te mi consegno interamente: non ho desideri,
voglio solo che si compia il tuo volere.
Insegnami a pregare, anzi, prega tu stesso in me!

S. Sia lodato e ringraziato, ogni momento,
R. **Il Santissimo e Divinissimo Sacramento.**

Gloria al Padre …

Ascoltiamo la Parola del Signore dal Vangelo secondo Giovanni (6, 48-59)

In quel tempo, Gesù disse: Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo». Allora i Giudei si misero a discutere tra di loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?». Gesù disse: «In verità, in verità vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avrete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue dimora in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia di me vivrà per me. Questo è il pane disceso dal cielo, non come quello che mangiarono i padri vostri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno». Queste cose disse Gesù, insegnando nella sinagoga a Cafarnao.

[PER LA MEDITAZIONE PERSONALE]

Dalla Costituzione *Lumen Gentium* del Concilio Vaticano II

Cristo, unico mediatore, ha costituito sulla terra e incessantemente sostenta la sua Chiesa santa, comunità di fede, di speranza e di carità, quale organismo visibile, attraverso il quale diffonde per tutti la verità e la grazia. Ma la società costituita di organi gerarchici e il corpo mistico di Cristo, l'assemblea visibile e la comunità spirituale, la Chiesa terrestre e la Chiesa arricchita di beni celesti, non si devono considerare come due cose diverse; esse formano piuttosto una sola complessa realtà risultante di un duplice elemento, umano e divino. Per una analogia che non è senza valore, quindi, è paragonata al mistero del Verbo incarnato. Infatti, come la natura assunta serve al Verbo divino da vivo organo di salvezza, a lui indissolubilmente unito, così in modo non dissimile l'organismo sociale della Chiesa serve allo Spirito di Cristo che la vivifica, per la crescita del corpo. Questa è l'unica Chiesa di Cristo, che nel Simbolo professiamo una, santa, cattolica e apostolica e che il Salvatore nostro, dopo la sua resurrezione, diede da pascere a Pietro, affidandone a lui e agli altri apostoli la diffusione e la

RITO PER LA RICONCILIAZIONE DEI SINGOLI PENITENTI

Il penitente e, secondo l'opportunità anche il sacerdote, si fanno il segno della croce, dicendo:
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

Il sacerdote invita il penitente alla fiducia in Dio, con queste parole o altre simili:
Il Signore, che illumina con la fede i nostri cuori, ti dia una vera conoscenza dei tuoi peccati e della sua misericordia.

Il penitente risponde:
Amen.

CONFESSIONE DEI PECCATI ED ACCETTAZIONE DELLA SODDISFAZIONE

Il penitente confessa i suoi peccati. Il sacerdote aiuta, se necessario, il penitente a fare una confessione integra, gli rivolge consigli adatti e lo esorta alla contrizione dei suoi peccati, ricordandogli che per mezzo del sacramento della Penitenza il cristiano muore e risorge con Cristo, e viene così rinnovato nel mistero pasquale. Gli propone quindi un esercizio penitenziale, e il penitente l'accetta in soddisfazione dei suoi peccati e per l'emendamento della sua vita. Il sacerdote procuri di adattarsi in tutto, sia nelle parole che nei consigli, alla condizione del penitente.

PREGHIERA DEL PENITENTE E ASSOLUZIONE

Il sacerdote invita il penitente a manifestare la sua contrizione; e il penitente lo fa recitando l'atto di dolore:
Mio Dio, mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei peccati, perché peccando ho meritato i tuoi castighi, e molto più perché ho offeso te, infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo col tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.

Sesto Comandamento: Non commettere atti impuri

Mi sono abbandonato alla lussuria, all'autoerotismo, a perversioni sessuali, all'omosessualità, alla pedofilia? Mi sono soffermato volontariamente in pensieri e desideri poco puliti? Ho commesso adulterio? Ho conservato la mia fedeltà alla fidanzata/al fidanzato? Ho rapporti prematrimoniali? Ho praticato la contraccezione? Ho letto o guardato riviste, libri, spettacoli osceni? Penso o parlo della donna/dell'uomo come solo oggetto di piacere?

Settimo Comandamento: Non rubare

Ho sottratto oggetti o denaro di altri o della comunità? Ho riparato o restituito, se ero in grado di farlo? Come datore di lavoro, pago il giusto stipendio ai dipendenti, secondo quanto comanda il Vangelo? Come lavoratore, lavoro lealmente in modo da meritare lo stipendio? Sono onesto nella professione, nel commercio, con i miei clienti? Quello che possiedo l'ho guadagnato onestamente? Sono eccessivamente attaccato al denaro? Sono usuraio? Ho preteso regalie, bustarelle o favori non dovuti? Ho chiesto raccomandazioni per ottenere vantaggi o privilegi? Ho frodato lo Stato? Pago con giustizia le tasse?

Ottavo Comandamento: Non dire falsa testimonianza

Sono stato bugiardo, sleale, ingannevole? Ho calunniato o parlato male degli altri? Ho espresso sospetti o giudizi avventati? Con il mio esempio ho insegnato a mentire ai miei figli o ad altri? Con un silenzio colpevole ho coperto fatti delittuosi (omertà)?

Nono Comandamento: Non desiderare la donna/l'uomo d'altri

Ho custodito il pudore? Ho guardato altre persone con concupiscenza? Con abiti sconvenienti o con il modo di comportarmi ho voluto suscitare in altre persone desideri ed eccitamenti cattivi?

Decimo Comandamento: Non desiderare la roba d'altri

Sono invidioso dei beni altrui? Mi lamento di ciò che ho?

guida, e costituì per sempre colonna e sostegno della verità. Questa Chiesa, in questo mondo costituita e organizzata come società, sussiste nella Chiesa cattolica, governata dal successore di Pietro e dai vescovi in comunione con lui, ancorché al di fuori del suo organismo si trovino parecchi elementi di santificazione e di verità, che, appartenendo propriamente per dono di Dio alla Chiesa di Cristo, spingono verso l'unità cattolica. Come Cristo ha compiuto la redenzione attraverso la povertà e le persecuzioni, così pure la Chiesa e chiamata a prendere la stessa via per comunicare agli uomini i frutti della salvezza. Gesù Cristo «che era di condizione divina... spogliò se stesso, prendendo la condizione di schiavo» e per noi «da ricco che era si fece povero»: così anche la Chiesa, quantunque per compiere la sua missione abbia bisogno di mezzi umani, non è costituita per cercare la gloria terrena, bensì per diffondere, anche col suo esempio, l'umiltà e l'abnegazione. Come Cristo infatti è stato inviato dal Padre «ad annunciare la buona novella ai poveri, a guarire quei che hanno il cuore contrito», «a cercare e salvare ciò che era perduto», così pure la Chiesa circonda d'affettuosa cura quanti sono afflitti dalla umana debolezza, anzi riconosce nei poveri e nei sofferenti l'immagine del suo fondatore, povero e sofferente, si fa premura di sollevarne la indigenza e in loro cerca di servire il Cristo. Ma mentre Cristo, «santo, innocente, immacolato», non conobbe il peccato e venne solo allo scopo di espiare i peccati del popolo, la Chiesa, che comprende nel suo seno peccatori ed è perciò santa e insieme sempre bisognosa di purificazione, avanza continuamente per il cammino della penitenza e del rinnovamento. La Chiesa «prosegue il suo pellegrinaggio fra le persecuzioni del mondo e le consolazioni di Dio», annunziando la passione e la morte del Signore fino a che egli venga. Dalla virtù del Signore risuscitato trae la forza per vincere con pazienza e amore le afflizioni e le difficoltà, che le vengono sia dal di dentro che dal di fuori, e per svelare in mezzo al mondo, con fedeltà, anche se non perfettamente, il mistero di lui, fino a che alla fine dei tempi esso sarà manifestato nella pienezza della luce.

SCHEMA DI PREGHIERA V

Ripetiamo insieme: **Noi ti adoriamo, Signore.**

- Signore Gesù, presente in mezzo a noi, accetta e accogli la preghiera che oggi ti rivolgiamo.
- Ti ringraziamo di averci chiamati a far parte della tua famiglia e del tuo popolo santo.
- Ti supplichiamo di proteggere la Chiesa, di sostenerla nelle difficoltà del suo cammino, guidarla con la luce del tuo Santo Spirito, perché sia sempre testimonianza viva del tuo Vangelo.
- Concedi a tutto il popolo cristiano il dono dell'unità e della pace, perché possa formare sempre una sola grande famiglia, nella fede e nell'amore a Te, unico Signore.

O immensità di amore divino, o sovrabbondanza di pietà divina,
o eccesso di larghezza divina!
Ci hai dato, il Signore, ciò che è tuo, perché ha messo ogni cosa
sotto i nostri piedi e su tutte le creature della terra ci hai dato il dominio.
E perfino con il ministero degli spiriti celesti hai nobilitato
e sublimato la dignità dell'uomo.
Quale singolare e ammirevole liberalità è quella in cui ti sei donato!
Cadde l'uomo per il cibo del legno portatore di morte,
è rialzato l'uomo per il cibo del legno che dà vita;
nel primo albero pendette l'esca di morte; nel secondo l'alimento di vita;
l'aver mangiato di quello produsse ferita,
il gusto di questo apporta salute: il gusto ferì e il gusto curò,
e di donde era venuta la ferita venne anche la medicina:
e da dove uscì la morte, di là venne la vita.
Questo cibo si prende, ma non si consuma; si mangia, ma non si tramuta
affatto in chi lo mangia, ma se è ricevuto degnamente,
è chi lo riceve che diventa ad esso conforme.
Quanto vediamo questo dono ricevuto,
tanto più ci ricordiamo di te, o Signore!

S. Sia lodato e ringraziato, ogni momento,
R. **Il Santissimo e Divinissimo Sacramento.**

Gloria al Padre …

CONFESSIONE SACRAMENTALE

ESAME DI COSCIENZA

Quesiti preliminari

Da quanto tempo non mi confesso? Nelle confessioni passate ho mai nascosto volutamente qualche peccato mortale? Da quanto tempo non ricevo l'Eucaristia? Mi sono accostato alla Comunione avendo sulla coscienza dei peccati mortali senza essermi prima confessato?

Primo Comandamento: Non avrai altro Dio all'infuori di me

Credo in Dio Padre, nel Figlio e nello Spirito Santo? Ho messo Dio al primo posto tra i valori della mia vita? Come va la mia vita di preghiera? Prego almeno mattina e sera? Qual è il mio rispetto per la Chiesa? Ho partecipato a sedute spiritiche? Sono ricorso a presunti maghi o cartomanti? Credo davvero nell'oroscopo? Sono superstizioso?

Secondo Comandamento: Non nominare il nome di Dio invano

Ho bestemmiato? Ho fatto voti o promesse a Dio e non li ho mantenuti? Ho giurato il falso? Ho fatto affermazioni false o eretiche su Dio?

Terzo Comandamento: Ricordati di santificare le feste

Ho tralasciato la Santa Messa nella domenica o nelle altre feste di precetto? Ho ostacolato altri (coniuge, figli, amici, colleghi) a partecipare alla Messa? Alla Messa ho indugiato nella distrazione, ho chiacchierato, ho disturbato gli altri? Mi sono liberato dalla fatica del lavoro festivo, godendo della libertà di figlio di Dio?

Quarto Comandamento: Onora il padre e la madre

Ho amato, rispettato, ubbidito, aiutato i miei genitori secondo le mie possibilità? Da genitore, mi impegno per una vera educazione dei figli, che sia anche cristiana? Veglio sulle loro amicizie, sui loro giochi, sui loro divertimenti? Do ai miei figli un esempio di una vera vita cristiana? Da coniuge, ho rispettato mia/o moglie/marito, anche e soprattutto davanti ai figli? Ho dedicato al coniuge e ai figli tutto il tempo e l'attenzione necessari? Compio i miei doveri di buon cittadino? Ho votato secondo coscienza, in coerenza con i miei principi cristiani?

Quinto Comandamento: Non uccidere

Ho volontariamente fatto qualcosa che abbia recato danno alla vita fisica, morale o spirituale del prossimo? Ho commesso o consigliato l'aborto, delitto gravissimo contro Dio e contro l'uomo? Rispetto la vita con la moderazione nel cibo, nell'alcol, nel fumo? Fuggo la droga? Sono prudente nel guidare l'automobile, per non mettere in pericolo me stesso o gli altri? Covo rancori? Mi sono adirato?

21. TE AL CENTRO DEL MIO CUORE

1. Ho bisogno d'incontrarti nel mio cuore, di trovare Te, di stare insieme a Te: unico riferimento del mio andare, unica ragione Tu, unico sostegno Tu. Al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

2. Anche il cielo gira intorno e non ha pace, ma c'è un punto fermo, è quella Stella là. La Stella polare è fissa ed è la sola. La Stella Polare Tu, la Stella sicura Tu. Al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

Tutto ruota intorno a Te in funzione di Te, e poi non importa il "come", il "dove" e il "se".

3. Che Tu splenda sempre al centro del mio cuore, il significato allora sarai Tu. Quello che faro sarà soltanto amore. Unico sostegno Tu, la Stella polare Tu. Al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

ALTRI CANTI

IL PANE DEL CAMMINO	(Chiesa che canta n° 98)
LODATE DIO	(Chiesa che canta n° 39)
PANE DEL CIELO	(Chiesa che canta n° 144)
SEI TU, SIGNORE, IL PANE	(Chiesa che canta n° 89)
TE LODIAMO, TRINITÀ	(Chiesa che canta n° 38)
TU SEI LA MIA VITA	(Chiesa che canta n° 91)

Ascoltiamo la Parola del Signore dal Vangelo secondo Giovanni (13,1-5.12-17.34-35)

Prima della festa di Pasqua Gesù, sapendo che era venuta la sua ora di passare da questo mondo al Padre, avendo amato i suoi che erano nel mondo, li amò fino alla fine. Durante la cena, quando il diavolo aveva già messo in cuore a Giuda, figlio di Simone Iscariota, di tradirlo, Gesù, sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che era venuto da Dio e a Dio ritornava,si alzò da tavola, depose le vesti, prese un asciugamano e se lo cinse attorno alla vita. Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugamano di cui si era cinto.Quando ebbe lavato loro i piedi, riprese le sue vesti, sedette di nuovo e disse loro: "Capite quello che ho fatto per voi? Voi mi chiamate il Maestro e il Signore, e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i piedi a voi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Vi ho dato un esempio, infatti, perché anche voi facciate come io ho fatto a voi. In verità, in verità io vi dico: un servo non è più grande del suo padrone, né un inviato è più grande di chi lo ha mandato. Sapendo queste cose, siete beati se le mettete in pratica.Vi do un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri. Come io ho amato voi, così amatevi anche voi gli uni gli altri. Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli: se avete amore gli uni per gli altri".

[PER LA MEDITAZIONE PERSONALE]

Messaggio di papa Paolo Via alla Chiesa di Orvieto in occasione della sua visita per l'anniversario della Bolla Transiturus l'11 agosto 1964.

Non creda l'uomo di oggi di trovare altro nutrimento alla sua insaziabile fame di vita, se non nella fede e nella comunione di Cristo Signore;
Non creda l'uomo di oggi che per conquistare il pane terrestre, di cui ha bisogno la sua vita temporale, debba porre l'alternativa alla ricerca del pane della vita religiosa e della fedeltà alla vita religiosa e della fedeltà alla tradizione cattolica;
Non creda l'uomo di oggi che il tesoro di fede e di bellezza che gli viene dalla storia e dalla civiltà cristiana abbia ormai un semplice valore archeologico e folcloristico, e non pensi di poterlo degnamente conservare e

conservare come un cimelio prezioso, sì, ma spento di verità e di realtà interiore: diventerebbe cenere nelle sue mani;
Ma creda l'uomo di oggi che chi cerca, sulla parola di Cristo, il regno di Dio innanzi tutto, avrà pane, avrà l'abbondanza anche dei beni naturali della scienza, della tecnica, del lavoro, dell'arte;
Creda l'uomo d'oggi che ancor più di ieri Cristo gli è necessario: risvegliati in lui i desideri della libertà, della maturità umana, del progresso sociale, della pace, sappia che non solo a possederli, ma a conoscerli nel loro vero concetto codesti ideali è necessario il Maestro, il Maestro divino che solo li può far coincidere con la verità e con la vita; - e creda finalmente l'uomo di oggi che l'umile e fervorosa fede che Cristo nell'Eucaristia reclama da lui è per la sua redenzione, per la sua salvezza, e per la sua felicità.

18. Sono qui a lodarti

1. Luce del mondo, nel buio del cuore, Vieni ed illuminami.
Tu mia sola speranza di vita
Resta per sempre con me.

2. Sono qui a lodarti, qui per adorarti, qui per dirti che Tu sei il mio Dio. E solo Tu sei santo, sei meraviglioso, degno e glorioso sei per me.

3. Re della storia e Re nella gloria sei sceso in terra fra noi.
Con umiltà il Tuo trono hai lasciato per dimostrarci il Tuo amor.

4. Sono qui a lodarti, qui per adorarti, qui per dirti che Tu sei il mio Dio. E solo Tu sei santo, sei meraviglioso, degno e glorioso sei per me

Non so quanto è costato a Te
Morire in croce, lì per me.

19. Sotto i veli del pan consacrato

1. Sotto i veli del pan consacrato,
ove regni e ci parli d'amore,
t'adoriamo, Gesù, Redentore,
con la fede più viva del cuor.

Ostia santa, dell'alme tesoro:
ti lodiamo con gli angeli in coro.

2. O Gesù, com'è bello l'altare,
adornato di fiori e di lumi:
le preghiere coi vivi profumi
sono un inno alla tua maestà.

3. La tua mensa è comune per tutti,
come al grande così al poverello:
trova ognuno un vigore novello
nel possesso dell'unico Ben.

20. T'adoriam Ostia divina

1. T'adoriam, Ostia divina,
t'adoriam, Ostia d'amor.
Tu dell'angelo il sospiro,
tu dell'uomo sei l'onor.

T'adoriam, Ostia divina,
t'adoriam, Ostia d'amor.

2. Tu dei forti la dolcezza,
tu dei deboli il vigor.

3. Tu salute dei viventi,
tu speranza di chi muor.

4. Ti conosca il mondo e t'ami,
tu la gioia d'ogni cuor.

15. RE DI GLORIA

1. Ho incontrato te Gesù
e ogni cosa in me è cambiata.
Tutta la mia vita ora ti appartiene.
Tutto il mio passato io l'affido a Te
Gesù, Re di gloria mio Signor.

Dal tuo amor chi mi separerà
sulla croce hai dato la vita per me.
Una corona di gloria mi darai
quando un giorno ti vedrò.

2. Tutto in Te riposa, la mia mente il mio cuore. Trovo pace in Te Signor, Tu mi dai la gioia, voglio stare insieme a Te, non lasciarmi mai Gesù, Re di gloria mio Signor.

3. Tutto in Te riposa, la mia mente il mio cuore. Trovo pace in Te Signor, Tu mi dai la gloria vera, voglio stare insieme a Te, non lasciarmi mai Gesù, Re di gloria mio Signor.

16. RESTA CON NOI, SIGNORE LA SERA

1. Resta con noi, Signore, la sera,
resta con noi e avremo la pace.

Resta con noi, non ci lasciar,
la notte mai più scenderà.
Resta con noi, non ci lasciar
per le vie del mondo, Signor!

2. Ti porteremo ai nostri fratelli,
ti porteremo lungo le strade.

3. Voglio donarti queste mie mani,
voglio donarti questo mio cuore.

17. SIGNORE, SEI TU IL MIO PASTOR

Signore, sei tu il mio pastor, nulla mi può mancar nei tuoi pascoli.

1. Fra l'erbe verdeggianti
mi guidi a riposar,
all'acque tue tranquille
mi fai tu dissetar.

2. Se in valle tutta oscura
io camminar dovrò,
vicino a te, Signore,
più nulla temerò.

3. Per me hai preparato
il pane tuo immortal;
il calice m'hai colmo
di vino celestial.

4. La luce e la tua grazia
mi guideranno ognor;
da te m'introdurranno
per sempre, o mio Signor.

SCHEMA DI PREGHIERA VI

Ripetiamo insieme: **Gesù, sei il pane vivo disceso dal cielo!.**

- Signore tu sei il Figlio del Dio Vivente, mandato dal Padre e consacrato dallo Spirito per la nostra salvezza.
- Signore tu rispondi alle attese del tuo popolo e di ogni uomo che ti riconosce come dono della bontà del Padre.
- Signore, tu ci offri la Parola che apre alla speranza e insegna il vero amore per ricambiare quello infinito di Dio.
- Signore Gesù tu sei la via che conduce alla vita vera attraverso la verità che scopriamo: figli amati dal Padre.
- Signore tu sei il Vivente perché hai sconfitto la morte e resti sempre presente tra noi nel Pane eucaristico.
- Signore sei tu la piena e definitiva Alleanza che Dio stringe con tutti i suoi figli, tu sei l'amore incarnato.
- Signore, tu sei la forza per sollevarci dal peccato e camminare verso la vita vera, la salvezza di Dio.
- Signore tu sei il Crocifisso risorto, speranza del mondo, forza di Dio che viene a salvarci liberarci.
- Signore tu sei il nostro desiderio di vita quando tutto sembra smentire la nostra sete di verità e di gioia.
- Signore, manda lo Spirito perché trasformi nel tuo Corpo quanti condividono il Pane della vita eterna.

Ti adoro, vero Dio nascosto nel sacramento!
Non ti tocco ma ti sento vicino, non ti sento ma riconosco la tua voce,
non ti vedo ma sono certo che tu sei con me.
Ti accolgo, vero cibo e bevanda della mia vita!
Credo nella tua presenza silenziosa ma reale,
amo la tua Parola viva ed efficace, spero nel tuo ritorno ultimo e glorioso.
Ti desidero, vero pane disceso dal cielo!
Tu mi purifichi e mi liberi dal peccato,
tu mi sostieni e mi dai vigore lungo il cammino,
tu mi guidi e mi conduci al Regno.
Tu sei il mio amato Pastore, Gesù!
Nell'Eucaristia ti incontro, ti seguo e mi nutro di Te.
Fa', o Signore, che io senta sempre più la fame e la sete di Te,

che sei l'unico bene dell'anima mia
Tu sei il mio migliore amico, Gesù!
Nell'Eucaristia ti incontro, ti adoro e mi affido a Te.
Fa', o Signore, che io non mi separi
né mai mi allontani da Te, che sei l'unico tesoro dell'anima mia.
Tu sei il mio caro sposo, Gesù!
Nell'Eucaristia ti incontro, ti parlo e mi unisco a Te.
Fa', o Signore, che cresca in me il desiderio e l'attesa di Te,
che sei l'unico amore dell'anima mia.

S. Sia lodato e ringraziato, ogni momento,
R. **Il Santissimo e Divinissimo Sacramento.**

Gloria al Padre …

Ascoltiamo la Parola del Signore, dal vangelo secondo Giovanni (6,48-58)

Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo".
Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: "Come può costui darci la sua carne da mangiare?".
Gesù disse loro: "In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno".

---

13. PANE DI VITA NUOVA

1. Pane di vita nuova
vero cibo dato agli uomini,
nutrimento che sostiene il mondo,
dono splendido di grazia.

2. Tu sei sublime frutto
di quell'albero di vita
che Adamo non potè toccare:
ora è in Cristo a noi donato.

Pane della vita,
Sangue di salvezza,
vero Corpo, vera Bevanda,
cibo di grazia per il mondo.

3. Sei l'Agnello immolato
nel cui Sangue è la salvezza,
memoriale della vera Pasqua
della nuova Alleanza.

4. Manna che nel deserto
nutri il popolo in cammino,
sei sostegno e forza nella prova
per la Chiesa in mezzo al mondo.

5. Vino che ci dà gioia,
che riscalda il nostro cuore,
sei per noi il prezioso frutto
della vigna del Signore.

6. Dalla vite ai tralci
scorre la vitale linfa
che ci dona la vita divina,
scorre il sangue dell'amore.

14. PANE DI VITA SEI

1. Pane di vita sei, spezzato per tutti
noi chi ne mangia per sempre in te
vivrà. Veniamo al tuo santo altare,
mensa del tuo amore,
come pane vieni in mezzo a noi

Il tuo corpo ci sazierà,
il tuo sangue ci salverà,
perché Signor, tu sei morto per
amore, e ti offri oggi per noi.

2. Fonte di vita sei Immensa carità
il tuo sangue ci dona l'eternità.
Veniamo al tuo santo altare,
mensa del tuo amore,
come vino vieni in mezzo a noi.

10. Inni e canti

1. Inni e canti sciogliamo, o fedeli,
al Divino Eucaristico Re:
egli ascoso nei mistici veli
cibo all'alma fedele si die'.

Dei tuoi figli lo stuolo qui prono,
o Signor dei potenti, ti adora:
per i miseri implora perdono,
per i deboli implora pietà!

2. O Signor, che dall'Ostia radiosa
sol di pace ne parli e d'amor;
in te l'alma smarrita riposa,
in te spera chi lotta e chi muor.

3. Sotto i veli che il grano compose
su quel trono raggiante di luce,
il Signor dei signori si ascose
per avere l'impero dei cuor.

11. Lauda Sion

1. Lauda Sion Salvatorem,
lauda ducem et pastorem
in hymnis et canticis.

Sit laus plena, sit sonora,
sit jucunda, sit decora mentis
jubilatio: Christus vincit! Christus
regnat! Christus imperat! (bis)

2. Ecce panis Angelorum,
factus cibus viatorum:
non mittendus canibus.

3. Bone pastor, panis vere,
tu nos bona fac videre
in terra viventium.

12. Maestà

Maestà, gloriosa Maestà,
a Gesù sia la lode, la gloria e l'onor!
Maestà, divina autorità,
vien dal suo tron, gloria al Signor,
vien dal suo amor!

Su lodiam ed esaltiam Gesù
Signore! Adoriam, glorifichiam
il nostro Re!

Maestà, divina autorità, Gesù morì,
nel ciel salì qual Re dei re!

Dal referto scientifico del 1981 dopo la ricognizione ed analisi rigorose eseguite dal Prof. Odoardo Linoli, libero docente in Anatomia e Istologia Patologica e in Chimica e Microscopia Clinica dell'Università di Siena

La Carne è vera Carne. Il Sangue è vero Sangue. La Carne e il Sangue appartengono alla specie umana. La Carne è un "CUORE" completo nella sua struttura essenziale. Nella Carne sono presenti, in sezione, il miocardio, l'endocardio, il nervo vago e, per il rilevante spessore del miocardio, il ventricolo cardiaco sinistro. La Carne e il Sangue hanno lo stesso gruppo sanguigno: AB. Nel sangue sono state ritrovate le proteine normalmente frazionate con i rapporti percentuali quali si hanno nel quadro siero-proteico del sangue fresco normale. La conservazione della Carne e del Sangue Miracolosi, lasciati allo stadio naturale per dodici secoli ed esposti all'azione di agenti fisici, atmosferici e biologici, rimane un Fenomeno Straordinario.

PREGHIERE VARIE PER L'ADORAZIONE EUCARISTICA

Adoriamo, o Cristo, il tuo Corpo glorioso, nato dalla Vergine Maria;
per noi hai voluto soffrire, per noi ti sei offerto vittima sulla croce
e dal tuo fianco squarciato
hai versato l'acqua e il sangue del nostro riscatto.
Accogli, Signore, l'intera mia libertà.
Tutto ciò che io sono, ho e possiedo, tu me lo hai dato:
tutto io ti restituisco, e mi consegno pienamente alla tua volontà.
Dammi solo il tuo amore, con la tua grazia,
e io mi sento ricco abbastanza, e non ti domando altro.

(dalla Liturgia romana)

Ti adoriamo Signore Gesù Cristo
qui e in tutte le tue chiese che sono nel mondo intero
e ti benediciamo
perché con la tua santa croce
hai redento il mondo.

(San Francesco d'Assisi)

Sia fatta, o Padre, la tua volontà, come in cielo così in terra:
perché ti ami con tutto il cuore, pensando sempre a te;
ti ami con tutto me stesso, desiderandoti sempre;
ti ami con tutta la mia mente, dirigendo a te le mie riflessioni
e cercando in tutte le cose il tuo onore;
ti ami con tutte le forze, impegnando tutto me stesso
in ossequio al tuo amore manifestato nella croce del tuo Figlio Gesù.
Affinché io ami il prossimo come me stesso
e lo guidi all'incontro col tuo amore, goda dei tuoi beni
e abbia compassione dei mali altrui.

(San Francesco d'Assisi)

Tu sei santo, o Signore, unico Dio, che compi opere meravigliose.
Tu sei forte, tu sei grande, tu sei l'altissimo onnipotente, tu,
Padre santo, Re del cielo e della terra,
tu, unico Dio in tre persone, Signore Iddio degli dei.

5. Imploriamo con fiducia il Padre
santo, perché doni ai nostri giorni la
sua pace: ogni popolo dimentichi i
rancori e il mondo si rinnovi
nell'amore.

6. Fa' che un giorno contempliamo il
tuo volto nella gloria dei beati,
Cristo Dio: e sarà gioia immensa,
gioia vera; durerà per tutti i secoli,
senza fine!

8. IN QUELL'OSTIA

1. In quell'Ostia consacrata
sei presente, o Gesù mio,
vero uomo e vero Dio,
nostro amabil Salvator.

2. Da te spero, o Gesù caro,
perché sei bontà infinita,
il tuo aiuto in questa vita,
e l'eterna gloria in ciel.

3. Delle tante, e tante colpe,
il mio cuore, o Dio, si pente,
e propone fermamente
di mai più, mai più peccar.

4. O Gesù, Figliuol di Dio,
umilmente io qui ti adoro:
sei mia vita, mio tesoro,
e sarai mio premio in ciel.

9. IN TE CREDO, DIO NASCOSTO

1. In Te credo, Dio nascosto,
a cui salgon preci e incensi,
Te non trovo coi miei sensi
ma il tuo Verbo è verità.

Tanto il sole che le stelle
passeranno, Tu non già.
Tanto il sole che le stelle
passeranno, Tu non già.

2. Tu sei qui, Figlio dell'uomo,
Tu che calchi stelle e soli;
sei pur dentro ai nostri cuori
incarnata Deità.

3. Se abbiam fame ecco Te cibo,
se abbiam sete ecco Te fonte;
ogni pane od acqua o vino
fuor che in Te sapor non ha.

4. Bianco disco immacolato,
rutilante amore eterno,
sperda l'ombre dell'inferno
la tua santa chiarità.

4. Alla tua mensa

1. Tu ci inviti alla tua mensa
e ci doni il pane e il vino.
Col tuo corpo e col tuo sangue
tu ti offri per amore.

Vita nuova abbiamo in te, Signor,
la salvezza è solo in te, Signor
e al banchetto del tuo regno,
con i santi noi verremo.

5. Creati per te

1. Tu ci hai fatti per Te,
nella Tua immensità,
nel tuo grande amore, Tu Signore,
ci hai creati per Te
e il nostro cuore non trova pace,
se Signor, Tu non sei qui con noi.

Noi ti diamo gloria,
diamo gloria a te Signore,
Re del cielo, diamo gloria,
diamo gloria a Te Signore,
Re di ogni cosa sei,
Re di ogni cosa sei.

6. Davanti al Re

1. Davanti al Re,
ci inchiniamo insieme
per adorarlo
con tutto il cuor.

2. Verso di Lui
eleviamo insieme
canti di gloria,
al nostro Re dei Re.

7. Dov'è carità e amore

Dov'è carità e amore, qui c'è Dio.

1. Ci ha riuniti tutti insieme Cristo amore: godiamo esultanti nel Signore, temiamo e amiamo il Dio vivente e amiamoci tra noi con cuore sincero.

2. Noi formiamo qui riuniti un solo corpo, evitiamo di dividerci tra noi: via le lotte maligne, via le liti e regni in mezzo a noi Cristo Dio.

3. Chi non ama resta sempre nella notte e dall'ombra della morte non risorge; ma se noi camminiamo nell'amore noi saremo veri figli della luce !

4. Nell'amore di Colui che ci ha salvati, rinnovati dallo Spirito del Padre, tutti uniti sentiamoci fratelli, e la gioia diffondiamo sulla terra.

Tu il bene, ogni bene, il sommo bene, Signore, Dio vivo e vero.
Tu sei amore, carità, tu sei sapienza, tu sei umiltà,
tu sei pazienza, tu sei bellezza, tu sei riposo,
tu sei sicurezza, tu sei gioia e letizia, tu sei la nostra speranza,
tu sei giustizia, tu sei comprensione,
tu ogni nostra sovrabbondante ricchezza.
Tu sei splendore, tu sei mansuetudine,
tu sei protettore, custode e difensore,
tu sei fortezza, tu sei sollievo, tu sei la nostra speranza,
tu sei la nostra fede, tu sei la nostra carità, tu sei la nostra dolcezza,
tu sei la nostra eterna vita, Dio onnipotente, misericordioso, Salvatore.

(San Francesco d'Assisi)

Rapisca, ti prego, o Signore, l'ardente e dolce forza del tuo amore
la mente mia da tutte le cose che sono sotto il cielo,
perché io muoia per amore dell'amor tuo,
come tu ti sei degnato morire per amore dell'amor mio.

(San Francesco d'Assisi)

Ti adoro devotamente, Dio nascosto,
che sotto questi segni a noi ti celi.
A te si sottomette tutto il mio cuore,
perché contemplandoti tutto viene meno.
O memoriale della morte del Signore,
pane vivo che dai la vita all'uomo,
fa' che la mia mente viva di te,
e gusti sempre la tua soavità.
Gesù, che adesso contemplo sotto un velo,
fa' che avvenga presto
ciò che tanto desidero:
che nel contemplarti faccia a faccia,
io sia beato nel vedere la tua gloria.

(San Tommaso d'Aquino)

Dio onnipotente ed eterno,
mi accosto al sacramento del tuo unigenito Figlio,
il nostro Signore Gesù Cristo;
mi accosto come un infermo al medico della vita,
un assetato alla fonte della misericordia,

un cieco alla luce dell'eterno splendore,
un povero al padrone del cielo e della terra.
Perciò invoco la tua immensa generosità:
degnati di curare la mia infermità, di illuminare la mia cecità,
di arricchire la mia povertà, di rivestire la mia nudità,
affinché riceva il pane degli angeli per la mia salvezza.

(San Tommaso d'Aquino)

Ti rendo grazie, o Signore santo, Padre Onnipotente, eterno Dio,
che non certo per i miei meriti, ma per solo la tua misericordia
ti sei degnato di saziare, col prezioso Corpo del Figlio tuo,
me peccatore, indegno tuo servo.
Ti prego che questa santa comunione
sia per me armatura di fede e scudo di buona volontà.
Sia liberazione dei miei vizi, aumento di carità, di pazienza, di umiltà,
di obbedienza, di tutte le virtù,
sicura difesa contro le insidie dei miei nemici
tanto visibili quanto invisibili,
assoluta tranquillità delle passioni carnali e spirituali,
perfetto abbandono in te, unico e vero Dio,
felice compimento del mio fine.
E ti prego affinché ti degni di condurre me peccatore
a quell'ineffabile convito
dove tu col Figlio tuo e con lo Spirito Santo
sei luce vera, sazietà piena, gaudio eterno,
gioia completa, felicità perfetta.

(San Tommaso d'Aquino)

Ti amo, o mio Dio, e il mio solo desiderio è di amarti
fino all'ultimo respiro della mia vita.
Ti amo, o Dio infinitamente amabile, e preferisco morire amandoti
piuttosto che vivere un solo istante senza amarti.
Ti amo, Signore, e l'unica grazia che ti chiedo è di amarti eternamente.
Mio Dio, se la mia lingua non può dirti ad ogni istante che ti amo,
voglio che il mio cuore te lo ripeta tante volte quante volte respiro.
Ti amo, o mio Divino Salvatore, perché sei stato crocifisso per me,
e mi tieni quaggiù crocifisso con Te.
Mio Dio, fammi la grazia di morire amandoti e sapendo che ti amo.

(Santo Curato d'Ars)

2. Adoremus in æternum

Adoremus in æternum
sanctissimum Sacramentum.

Adoriamo per l'eternità
il Santissimo Sacramento

1. Laudate Dominum omnes gentes: *
laudate eum omnes populi.

Lodate il Signore popoli tutti,
lodatelo voi tutte nazioni.

2. Quoniam confirmata est super nos
misericordia ejus: *
et veritas Domini manet in aeternum.

Perché per sempre è la sua
misericordia su di noi,
e la verità del Signore rimane in
eterno.

3. Gloria Patri et Filio, *
et Spiritui Sancto.

Gloria al Padre e al Figlio,
e allo Spirito Santo.

4. Sicut erat in principio, et nunc et semper, *
et in sæcula sæculorum. Amen.

Come era nel principio, e ora e
sempre, nei secoli dei secoli. Amen.

3. Ave, o divina Ostia di pace

1. Ave, o divina Ostia di pace
per la smarrita umanità.
Ave del ciel pegno verace,
nodo e splendor di carità.

Gloria, o Signor, o Re dei Re,
gloria o Gesù, fior di Maria:
la Chiesa e il mondo affidiamo a te,
preziosa, santa Eucarestia.

2. Sempre tu scendi, eterna Parola
quaggiù la Croce a rinnovar;
un infinito amor t'immola,
mistico Agnello sull'altar.

3. Pane che nutri e dai vigore,
sei vero Corpo del Signor.
Vino che allieti e dai sapore,
sei vero Sangue redentor.

4. Resta con noi sull'arduo sentiero
che al Padre tuo ci porterà,
mentre ci sveli il gran mistero
della divina carità.

CANTI PER L'ADORAZIONE EUCARISTICA

1. ADORO TE DEVOTE

1. Adoro te devote, latens Deitas,
quæ sub his figuris vere latitas:
Tibi se cor meum totum subjicit,
quia te contemplans totum deficit.

Ti adoro devotamente, oh Deità che ti nascondi,
che sotto queste apparenze ti celi veramente:
a te tutto il mio cuore si abbandona, perché,
contemplandoti, tutto vien meno.

2. Visus, tactus, gustus, in te fállitur,
Sed audítu solo tuto créditur:
Credo quidquid díxit Dei Fílius;
Nil hoc verbo veritátis vérius.

La vista, il tatto, il gusto, in te si ingannano,
ma solo con l'udito si crede con sicurezza:
credo tutto ciò che disse il Figlio di Dio,
nulla è più vero di questa parola di verità.

3. In cruce latébat sola Déitas,
At hic látet simul et humánitas:
Ambo támen crédens átque cónfitens,
Peto quod petívit latro pœnitens.

Sulla croce era nascosta la sola divinità,
ma qui è celata anche l'umanità: eppure
credendo e confessando entrambe, chiedo ciò che
domandò il ladrone penitente.

4. Plagas, sicut Thomas, non intúeor,
Deum támen meum te confíteor.
Fac me tibi sémper mágis crédere,
In te spem habére, te dilígere.

Le piaghe, come Tommaso, non veggo,
tuttavia confesso Te mio Dio.
Fammi credere sempre più in Te,
che in Te io abbia speranza, che io Ti ami.

5. O memoriále mortis Dómini,
Panis vivus, vitam præstans hómini,
Præsta meæ menti de te vívere,
Et te illi semper dulce sápere.

Oh memoriale della morte del Signore,
Pane vivo, che dai vita all'uomo,
concedi al mio spirito di vivere di Te, e di
gustarti in questo modo sempre dolcemente.

6. Pie pellicáne, Jesu Dómine,
Me immúndum munda tuo sánguine,
Cujus una stilla salvum fácere,
Totum mundum quit ab ómni scélere.

Oh pio Pellicano, Signore Gesù,
purifica me, immondo, col tuo sangue,
del quale una sola goccia può salvare
il mondo intero da ogni peccato.

7. Jesu, quem velátum nunc aspício,
Oro fíat illud, quod tam sítio:
Ut, te reveláta cernens fácie,
Visu sim beátus tuæ glóriæ. Amen.

Oh Gesù, che velato ora ammiro,
prego che avvenga ciò che tanto bramo,
che, contemplandoti col volto rivelato,
a tal visione io sia beato della tua gloria.
Amen.

Mio Signore e Salvatore,
fra le tue braccia io mi trovo al sicuro;
se tu mi custodisci, io non temo di nulla;
se mi abbandoni, non mi resta più nulla da sperare.
Io non so che cosa mi accadrà sino alla mia morte.
Non so nulla dell'avvenire, ma riposo in te.
Ti prego di concedermi ciò che per me è bene,
e di togliermi tutto ciò che può mettere in pericolo la mia salvezza.
Non ti chiedo di farmi ricco, non ti prego nemmeno di farmi povero;
mi rimetto interamente a te,
perché, mentre non so ciò che mi occorre, tu lo sai.
Se mi mandi la sofferenza, dammi la grazia di sopportarla;
preservami dall'egoismo e dall'impazienza.
Se mi dai la salute, la forza e il successo in questo mondo,
fa' che io sia continuamente in guardia,
perché questi doni non mi allontanino da te.
Tu che sei morto sulla croce anche per me, colpevole come sono,
concedimi di conoscerti, di credere in te, di amarti, di servirti,
di lavorare sempre per la tua gloria, di vivere per te e con te;
e concedimi di morire nella tua grazia.

(Beato John Henry Newman)

Signore Gesù, fa' che io ti ami con amore puro e fervente;
fa' che io ti ami con un'intensità ancora più grande
di quelle, con cui gli uomini del mondo amano le cose loro.
Fa' che io abbia nell'amarti quella stessa tenerezza e quella stessa costanza
che è così ammirata nell'amore terreno.
Fa' che io senta che tu sei la mia sola gioia,
il mio solo rifugio, la mia sola forza,
la mia sola speranza e il mio unico amore.

(Beato John Henry Newman)

Gesù, aiutami a diffondere ovunque il tuo profumo, ovunque io passi.
Inonda la mia anima del tuo Spirito e della tua vita.
Invadimi completamente e fatti maestro di tutto il mio essere
perché la mia vita sia un'emanazione della tua.
Illumina servendoti di me e prendi possesso di me a tal punto
che ogni persona che accosto possa sentire la tua presenza in me.
Guardandomi, non sia io a essere visto, ma tu in me.

Rimani in me. Allora risplenderò del tuo splendore
e potrò fare da luce per gli altri.
Ma questa luce avrà la sua sorgente unicamente in te, Gesù,
e non ne verrà da me neppure il più piccolo raggio:
sarai tu a illuminare gli altri servendoti di me.
Suggeriscimi la lode che più ti è gradita,
che illumini gli altri attorno a me:
io non predichi a parole ma con l'esempio,
attraverso lo slancio delle mie azioni,
con lo sfolgorare visibile dell'amore
che il mio cuore riceve da te.

(Beato John Henry Newman)

Se desidero medicare le mie ferite, tu sei medico.
Se brucio di febbre, tu sei la sorgente ristoratrice.
Se sono oppresso dalla colpa, tu sei il perdono.
Se ho bisogno di aiuto, tu sei la forza.
Se temo la morte, tu sei la vita eterna.
Se desidero il cielo, tu sei la vita.
Se fuggo le tenebre, tu sei la luce.
Se cerco il cibo, tu sei il nutrimento.

(Sant'Ambrogio)

Noi ti seguiamo, Signore Gesù:
ma, per poterti seguire, chiamaci,
perché senza di te nessuno procede innanzi.
Perché tu solo sei via, verità e vita.
Accoglici come una via comoda e invitante.
Rassicuraci come la verità sa rassicurare.
Fa' di noi degli esseri vivi, poiché tu sei la vita.

(Sant'Ambrogio)

Degnati di concedermi, Padre buono e santo,
un'intelligenza che ti comprenda, un sentimento che ti senta,
un animo che ti gusti, una diligenza che ti cerchi,
una sapienza che ti trovi, uno spirito che ti conosca,
un cuore che ti ami, un pensiero che sia rivolto a te,
un'azione che ti dia gloria, un udito che ti ascolti,
degli occhi che ti guardino, una lingua che ti confessi,

Signore Gesù, siamo qui raccolti davanti a te.
Tu sei il Figlio di Dio fatto uomo,
da noi crocifisso e dal Padre Risuscitato.
Tu, il vivente, realmente presente in mezzo a noi.
Tu, la via, la verità e la vita:
tu, che solo hai parole di vita eterna.
Tu, l'unico fondamento della nostra salvezza,
e l'unico nome da invocare per avere speranza.
Tu l'immagine del Padre e il donatore dello Spirito;
tu, l'Amore: l'Amore non amato.
Signore Gesù, noi crediamo in te,
ti adoriamo, ti amiamo con tutto il nostro cuore,
e proclamiamo il tuo nome al di sopra di ogni altro nome.
Signore Gesù rendici vigilanti nell'attesa della tua venuta.

(Beato Giovanni Paolo II)

Signore Gesù, tu sei con noi,
vivo e vero, nell'Eucaristia.
Signore, accresci la nostra fede.
Signore, donaci una fede che ama.
Tu che ci vedi, tu che ci ascolti, tu che ci parli:
illumina la nostra mente perché crediamo di più;
riscalda il nostro cuore perché ti amiamo di più!
La tua presenza, mirabile e sublime
ci attragga, ci afferri, ci conquisti.
Signore, donaci una fede più grande.
Signore, donaci una fede più viva.

(Beato Giovanni Paolo II)

Signore Dio mio,
che io ti cerchi desiderandoti
e ti desideri cercandoti,
che io ti trovi amandoti
e ti ami trovandoti.

(Sant'Anselmo)

Gesù, dolce memoria,
che dà vera gioia al cuore:
ma più del miele e di ogni cosa,
dolce è la sua presenza.
Niente si canta di più soave,
nulla si ode di più lieto,
nulla si pensa di più dolce
che Gesù, Figlio di Dio.
Gesù, speranza per chi si converte,
quale misericordia per chi ti invoca,
quale bontà per chi ti cerca!
Che sarai per chi ti trova?
Non vi è lingua capace di narrarlo,
né parola in grado di esprimerlo:
chi ne fa esperienza può credere
cosa sia amare Gesù.
Gesù, sii la nostra gioia,
tu che sei il guadagno che ci attende:
sia in te la nostra gloria,
sempre, per tutti i secoli.

(San Bernardo di Chiaravalle)

Mio Dio, Trinità che adoro,
aiutami a dimenticare me stessa completamente, per restare in te,
immobile e quieta, come se già la mia anima fosse nell'eternità.
Che nulla possa turbare la mia pace, né farmi uscire da te,
o mio Bene immutabile, ma che ogni istante m'immerga sempre più
nella profondità del tuo mistero.
Pacifica la mia anima, fanne il tuo cielo,
la tua dimora amata e il luogo del tuo riposo.
Fa' che io non ti ci lasci mai solo, ma che io sia tutta là,
completamente desta nella mia fede, tutta adorante,
e abbandonata alla tua azione creatrice.

(Beata Elisabetta della Trinità)

O Signore, dammi tutto ciò che mi conduce a te.
O Signore, prendi tutto ciò che mi distoglie da te.
O Signore, strappa anche me da me e dammi tutto a te.

(Santa Teresa Benedetta della Croce)

una parola che ti piaccia, una pazienza che ti segua,
una perseveranza che ti aspetti, una fine perfetta,
la tua santa presenza, la risurrezione,
la ricompensa e la vita eterna.

(San Benedetto da Norcia)

Accogli, Signore, l'intera mia libertà.
Accetta l'offerta della mia memoria,
del mio intelletto, e di ogni mia volontà.
Tutto ciò che io sono, ho e possiedo,
tu me lo hai dato: tutto io ti restituisco,
e mi consegno pienamente alla tua volontà.
Dammi solo il tuo amore, con la tua grazia,
e io mi sento ricco abbastanza, e non ti domando altro.

(Sant'Ignazio di Loyola)

Anima di Cristo, santificami.
Corpo di Cristo, salvami.
Sangue di Cristo, inebriami.
Acqua del costato di Cristo, lavami.
Passione di Cristo, confortami.
O buon Gesù, esaudiscimi.
Dentro le tue piaghe, nascondimi.
Non permettere che io mi separi da te.
Dal nemico maligno, difendimi.
Nell'ora della morte, chiamami.
E fa' che io venga a te
per lodarti con i tuoi santi
nei secoli dei secoli. Amen.

(Sant'Ignazio di Loyola)

Concedimi Gesù la tua grazia,
che sia con me e con me lavori
e con me sino alla fine perseveri.
Dammi di desiderare e volere
quello solo che a te è più accetto
e più caramente a te piace.
Fa' che la tua volontà sia la mia
e la mia volontà segua sempre la tua

e concordi con essa a perfezione.
Che io abbia un unico volere e non volere con te:
e che non possa volere o non volere
se non ciò che tu vuoi o non vuoi.
Dammi, sopra ogni cosa desiderata,
di riposare in te e pacificare in te il mio cuore.
Tu, vera pace del cuore, tu, solo riposo,
fuori di te ogni cosa è dura e inquieta.
In questa stessa pace, cioè in te solo,
sommo eterno bene, dormirò e riposerò.

(Tommaso da Kempis)

Volto adorabile di Gesù,
unica bellezza che rapisce il mio cuore,
degnati imprimere in me la divina tua rassomiglianza,
affinché tu non possa mirare la mia anima,
senza contemplare te stesso.

(Santa Teresa di Gesù Bambino del Volto santo)

Questo pane che tu mi doni, Signore Gesù,
sei tu stesso, o Cristo, Figlio diletto del Padre.
Sei tu stesso, che ti sei incarnato e immolato per noi;
tu che sei nato a Betlemme, sei vissuto a Nazaret, hai guarito i malati.
Tu che sei la via, la verità e la vita;
tu che sei morto perché mi amavi;
tu che sei asceso al cielo e ora, alla destra del Padre
regni e intercedi continuamente per noi.
O Gesù, verità eterna, tu dici che sei presente lì sull'altare,
realmente e sostanzialmente, con la tua umanità
e tutti i tesori della tua divinità.
Io lo credo e perché lo credo mi prostro davanti a te per adorarti.
Accogli, mio Dio e mio tutto, l'omaggio della mia adorazione.

(Beato Columba Marmion)

Padre mio, mi abbandono a Te,
fa' di me ciò che ti piace.
Qualsiasi cosa tu faccia di me, ti ringrazio.
Sono pronto a tutto, accetto tutto,
purché la tua volontà si compia in me, e in tutte le tue creature:

non desidero nient'altro, mio Dio.
Rimetto l'anima mia nelle tue mani, te la dono, mio Dio,
con tutto l'amore del mio cuore, perché ti amo.
È per me un'esigenza di amore, il donarmi a Te,
l'affidarmi alle tue mani, senza misura,
con infinita fiducia: perché Tu sei mio Padre.

(Beato Charles de Foucauld)

Signore mio Gesù, voglio amare tutti coloro che tu ami.
Voglio amare con te la volontà del Padre.
Non voglio che nulla separi il mio cuore dal tuo,
che qualcosa sia nel mio cuore e non sia immerso nel tuo.
Tutto quel che vuoi io lo voglio.
Tutto quel che desideri io lo desidero.
Dio mio, ti do il mio cuore,
offrilo assieme al tuo a tuo Padre,
come qualcosa che è tuo e che ti è possibile offrire,
perché esso ti appartiene.

(Beato Charles de Foucauld)

Mio Gesù, so che non comandi nulla di impossibile;
conosci meglio di me la mia debolezza e la mia imperfezione,
sai pure che mai riuscirei ad amare i miei fratelli come li ami tu,
se non fossi ancora tu, mio divino Salvatore, ad amarli in me.
È perché vuoi concedermi una simile grazia
che hai fatto un comandamento nuovo.
Ch'io lo ami, dunque, poiché mi dona la certezza
che la tua volontà è di amare in me
tutti coloro che mi comandi di amare.

(Santa Teresa di Gesù Bambino del Volto santo)

O Gesù, permettimi di entrare nel tuo cuore come in una scuola.
Che in questa scuola io impari la scienza dei santi,
la scienza del puro amore.
O Maestro buono, che io ascolti con attenzione
la tua voce che mi dice:
«Imparate da me che sono mite e umile di cuore
e troverete riposo vero per l'anima».

(Santa Margherita Maria Alacoque)