



# ADORAZIONE EUCARISTICA

## 1. Non vi trovi addormentati

### ALLA TUA PRESENZA

*Ci poniamo davanti al Signore Gesù, Pane di vita, e alla sua Parola, con l'atteggiamento fiducioso di chi attende con speranza la sua venuta nel mondo. Con animo grato e riconoscente camminiamo verso il Natale del Signore.*

Vieni, Spirito Santo,  
in questo tempo di grazia,  
e benedici il cammino dell'Avvento  
che ora iniziamo.  
Abbiamo bisogno  
del tuo aiuto e del tuo sostegno,  
per accogliere e vivere il tuo dono  
con cuore libero e sincero.  
*(Pausa di silenzio)*

Cerchiamo te, Signore Gesù,  
nei segni della tua presenza e dedizione.  
Aiutaci ad uscire dal sonno  
che rallenta la ricerca e il desiderio di te.  
E anche se il nostro cuore è appesantito  
dall'incertezza e dalla pigrizia,  
tu accoglisci, scaccia le nostre paure.  
*(Pausa di silenzio)*

La tua salvezza è sicura, certa e vicina,  
ma il nostro spirito e il nostro cuore  
non sono pronti e vigili.

Se le tenebre e il buio  
ancora avvolgono  
la nostra mente e il nostro cammino,  
il tuo giorno è vicino, la tua mano ci cerca,  
e tu vegli su di noi.  
*(Pausa di silenzio)*

### LA TUA PAROLA, LUCE AI MIEI PASSI

*Il Vangelo (I domenica B) ci ricorda che l'Avvento è il tempo della vigilanza e dell'attesa. Il richiamo di Gesù è forte e preciso: «Fate attenzione, vegliate, perché non sapete...». Siamo invitati ad essere attenti, ad affinare lo sguardo per non lasciar passare sotto i nostri occhi le opportunità che la grazia di Dio pone sul nostro cammino.*

Dal Vangelo secondo Marco *(13,33-37)*

«Fate attenzione, vegliate, perché non sapete quando è il momento. È come un uomo, che è partito dopo aver lasciato la propria casa e dato il potere ai suoi servi, a ciascuno il suo compito, e ha ordinato al portiere di vegliare. Vegliate dunque: voi non sapete quando il padrone di casa ritornerà, se alla sera o a mezzanotte o al canto del gallo o al mattino; fate in modo che, giungendo all'improvviso, non vi trovi addormentati. Quello che dico a voi, lo dico a tutti: vegliate!».

*Lasciamo risuonare nella nostra vita questo messaggio di speranza e di consolazione. Vivere questo tempo di Avvento lasciandoci guidare dalla Parola di Dio, significa entrare profondamente e in modo nuovo nella vita inaugurata dall'incarnazione.*

### Spunti per la riflessione

«Vegliate!»

Inizia il tempo di Avvento nel quale Dio si avvicina a noi, viene vicino a noi, si fa incontrare. Entriamo in questo tempo di speranza accogliendo l'invito di Gesù: «Fate attenzione, vegliate, perché non sapete quando è il momento». Dio è già venuto in mezzo a noi, ma l'umanità resta in attesa del suo ritorno. Vegliare significa guardare avanti, scrutare la notte, intravedere la luce che giunge a noi, inaspettata, da lontano. Noi sappiamo che Lui tornerà, perciò lo attendiamo vegliando e con il desiderio vivo di incontrarlo.

«Non vi trovi addormentati»

La breve parabola del padrone e del portiere ci ricorda che, non sapendo quando il Signore viene

(se di sera o a mezzanotte o al canto del gallo o al mattino; se presto o tardi, se di giorno o di notte) e sapendo che arriverà senza alcun preavviso, a noi non resta che essere sempre svegli, vigili e pronti. Significativa questa immagine del portiere/portinaio che il Vangelo ci propone all'inizio dell'Avvento. Ogni credente è portinaio perché con la propria fedeltà e il proprio servizio apre non solo la porta della sua vita ma quella del mondo al Figlio di Dio che viene, affinché possa di nuovo entrare.

## A TE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

«...e ha ordinato al portiere di vegliare». Come il portiere ha il compito di vegliare sulla casa, così il Signore ci renda sempre saldi nella fede vegliando sulla nostra vita e su quella di ogni fratello e sorella.

Signore Gesù,  
mentre sul mondo pesa la notte  
e riconosciamo quanto precaria sia la vita,  
fa' sorgere nel nostro cuore e sulla terra  
il tuo giorno, e la luce faccia il suo ingresso.  
*(Pausa di silenzio e di preghiera fiduciosa...)*

Dio della speranza,  
concedi alla nostra vita un nuovo inizio,  
dono della tua grazia.  
Attendiamo un nuovo futuro,  
dove il dolore è consolato  
e la notte illuminata dal tuo amore.  
*(Pausa di silenzio e di preghiera fiduciosa...)*

Vieni, Signore Gesù, non tardare!  
La lampada della tua Parola è accesa,  
la tavola è pronta, il pane è spezzato:  
nutrici di te, mentre vegliamo  
aspettando la luce di un'alba inattesa e cristallina.  
*(Pausa di silenzio e di preghiera fiduciosa...)*

## PER RIPRENDERE CON TE IL CAMMINO

Riprendiamo il cammino della nostra vita sorretti dalla serena fiducia che Lui, il Signore Gesù, ci aiuta, ci guida, ci illumina, ci riscalda. La nostra preghiera ci aiuti a vegliare con amore sui piccoli e gli innocenti, sui deboli e gli indifesi. Ci poniamo sotto il suo sguardo che sempre veglia su ciascuno di noi.

Quando la fede si fa oscura e non è più lucente.  
***Aiutaci a vegliare, Signore,  
in attesa del tuo ritorno!***

Quando la speranza non sa più attendere.  
***Aiutaci a vegliare, Signore,  
in attesa del tuo ritorno!***

Quando l'amore si intiepidisce e si impoverisce.  
***Aiutaci a vegliare, Signore,  
in attesa del tuo ritorno!***

Quando la gioia si spegne e il pianto prevale.  
***Aiutaci a vegliare, Signore,  
in attesa del tuo ritorno!***

Quando il dubbio ci prende e il sonno ci assale.  
***Aiutaci a vegliare, Signore,  
in attesa del tuo ritorno!***

Con l'atteggiamento dei figli di Dio,  
chiediamo al Padre l'avvento del Regno  
e preghiamo:  
***Padre nostro...***

Donaci, o Signore, la gioia di saperti attendere,  
con l'emozione e il desiderio del portiere notturno. Concedici di essere sempre pronti alla tua improvvisa venuta, e disponibili in ogni momento al tuo imprevedibile arrivo. Il sonno e la stanchezza non ci rendano impreparati quando busserai alla porta della nostra casa. Amen.

## 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.

