



ADORAZIONE EUCARISTICA

Dal salmo 103

Benedici il Signore, anima mia, quanto è in me benedica il suo santo nome.

² *Benedici il Signore, anima mia, non dimenticare tutti i suoi benefici.*

³ *Egli perdona tutte le tue colpe, guarisce tutte le tue infermità,*

⁴ *salva dalla fossa la tua vita, ti circonda di bontà e misericordia,*

⁵ *sazia di beni la tua vecchiaia, si rinnova come aquila la tua giovinezza.*

⁶ *Il Signore compie cose giuste, difende i diritti di tutti gli oppressi.*

⁷ *Ha fatto conoscere a Mosè le sue vie, le sue opere ai figli d'Israele.*

⁸ *Misericordioso e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande nell'amore.*

⁹ *Non è in lite per sempre, non rimane adirato in eterno.*

¹⁰ *Non ci tratta secondo i nostri peccati e non ci ripaga secondo le nostre colpe.*

¹¹ *Perché quanto il cielo è alto sulla terra, così la sua misericordia è potente su quelli che lo temono;*

¹² *quanto dista l'oriente dall'occidente, così egli allontana da noi le nostre colpe.*

¹³ *Come è tenero un padre verso i figli, così il Signore è tenero verso quelli che lo temono,*

¹⁴ *perché egli sa bene di che siamo plasmati, ricorda che noi siamo polvere.*

¹⁵ *L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni! Come un fiore di campo, così egli fiorisce.*

¹⁶ *Se un vento lo investe, non è più, né più lo riconosce la sua dimora.*

¹⁷ *Ma l'amore del Signore è da sempre, per sempre su quelli che lo temono, e la sua giustizia per i figli dei figli,*

¹⁸ *per quelli che custodiscono la sua alleanza e ricordano i suoi precetti per osservarli.*

Dal trattato «Sulla fuga dal mondo» di sant'Ambrogio, vescovo

Dov'è il cuore dell'uomo ivi è anche il suo tesoro. Infatti il Signore non suole negare il buon dono a quanti lo pregano. Pertanto, poiché il Signore è buono e lo è soprattutto per quelli che lo aspettano pazientemente, aderiamo a lui, stiamo con lui con tutta la nostra anima, con tutto il cuore, con tutta la forza, per restare nella sua luce, vedere la sua gloria e godere della grazia della felicità suprema. Eleviamo dunque l'anima a quel Bene, restiamo in esso, aderiamo ad esso; a quel Bene, che è al di sopra di ogni nostro pensiero e di ogni considerazione e che elargisce pace e tranquillità senza fine, una pace che supera ogni nostra comprensione e sentimento. Questo è il Bene che pervade tutto, e tutti viviamo in esso e da esso dipendiamo, mentre esso non ha nulla al di sopra di sé, ma è divino. Nessuno infatti è buono se non Dio solo: perciò tutto quello che è buono è divino e tutto quello che è divino è buono, per cui è detto: «Tu apri la mano, si saziano di beni» (Sal 103, 28); a ragione, infatti, per la bontà di Dio ci vengono date tutte le cose buone perché a esse non è mischiato alcun male.

Questi beni la Scrittura li promette ai fedeli dicendo: «Mangerete i frutti della terra» (Is 1, 19). Siamo morti con Cristo; portiamo sempre e in ogni luogo nel nostro corpo la morte di Cristo perché anche la vita di Cristo si manifesti in noi. Dunque, ormai non viviamo più la nostra vita, ma la vita di Cristo, vita di castità, di semplicità e di tutte le virtù. Siamo risorti con Cristo, viviamo dunque in lui, ascendiamo in lui perché il serpente non possa trovare sulla terra il nostro calcagno da mordere. Fuggiamo di qui. Anche se sei trattenuto dal corpo, puoi fuggire con l'anima, puoi essere qui e rimanere presso il Signore se la tua anima aderisce a lui, se cammini dietro a lui con i tuoi pensieri, se segui le sue vie nella fede, non nella visione, se ti rifugi in lui; perché è rifugio e fortezza colui al quale Davide dice: In te mi sono rifugiato e non mi sono ingannato (cfr. Sal 76, 3 volg.).

Pertanto siccome Dio è rifugio, e Dio è in cielo e sopra i cieli, allora dobbiamo fuggire di qui verso lassù dove regna la pace, il riposo dalle fatiche, dove festeggeremo il grande sabato, come disse Mosè: «Ciò che la terra produrrà durante il suo riposo servirà di nutrimento a te» (Lv 25, 6). Infatti riposare in Dio e vedere le sue delizie è come sedere a mensa ed essere pieni di felicità e di tranquillità. Fuggiamo dunque come cervi alle fonti d'acqua, anche la nostra anima abbia sete di quello di cui era assetato Davide. Qual è quella sorgente? Ascolta colui che dice: «È in te la sorgente della vita» (Sal 35, 10): dice la mia anima a questa fonte: Quando verrò e vedrò il tuo volto? (cfr. Sal 41, 3). La sorgente infatti è Dio.

È INCONCEPIBILE

È inconcepibile, è straordinario,
è qualcosa che incide sempre più profondamente
nel mio animo quel tuo stare lì
in silenzio nel tabernacolo.
Vengo in chiesa la mattina e lì ti trovo.
Corro in chiesa quando t'amo e lì ti trovo.
Ci passo per caso o per abitudine o per rispetto
e lì ti trovo.
Ed ogni volta mi dici una parola,
mi rettifichi un sentimento,
vai componendo in realtà con note diverse
un unico canto,
che il mio cuore sa a memoria
e mi ripete una parola sola:
eterno amore.
Oh! Dio, non potevi inventare di meglio.
Quel tuo silenzio
in cui il chiasso della nostra vita si smorza,
quel palpito silenzioso
che ogni lacrima assorbe;
quel silenzio...
quel silenzio, più sonoro d'un angelico concerto;
quel silenzio
che alla mente dice il Verbo,
al cuore dona il balsamo divino;
quel silenzio
in cui ogni voce si ritrova incanalata,
ogni prece si risente trasformata;
quella tua presenza arcana...
Lì è la vita, lì è l'attesa;
lì il nostro piccolo cuore riposa,
per riprendere senza posa
il suo cammino.

Chiara Lubich