***Pane: adorazione eucaristica per i giovani (2024-2025)***

***Tempo di Avvento***

**Ingresso in preghiera e invocazione allo Spirito**

**Canto di esposizione eucaristica**

**Preghiera comune davanti all’Eucarestia**

*Stammi vicino, Dio mio: tu sei colui che cerco, che amo, che adoro con tutta la forza di cui sono capace. Ti ho cercato, o Signore della vita, e tu mi hai fatto il dono di trovarti: te io voglio amare, mio Dio. Perde la vita, chi non ama te: chi non vive per te, Signore, è niente e vive per il nulla. Accresci in me, ti prego, il desiderio di conoscerti e di amarti, Dio mio: dammi, Signore, ciò che ti domando. Anche se tu mi dessi il mondo intero, ma non mi donassi te stesso, non saprei cosa farmene, Signore. Donami te stesso, Dio mio! Ecco, ti amo, Signore: aiutami ad amarti di più.* (Sant’Anselmo di Aosta)

**Dalla seconda lettera ai Corinti (12, 5-7)**

5Di lui io mi vanterò! Di me stesso invece non mi vanterò, fuorché delle mie debolezze. 6Certo, se volessi vantarmi, non sarei insensato: direi solo la verità. Ma evito di farlo, perché nessuno mi giudichi più di quello che vede o sente da me 7e per la straordinaria grandezza delle rivelazioni.

**Commento:**

*San Paolo continua dicendo che proprio per non montare in superbia per la grandezza delle rivelazioni ricevute, egli porta in sé una «spina» (2 Cor 12,7), una sofferenza, e supplica con forza il Risorto di essere liberato dall’inviato del Maligno, da questa spina dolorosa nella carne. Per tre volte – riferisce – ha pregato insistentemente il Signore di allontanare questa prova. Ed è in questa situazione che, nella contemplazione profonda di Dio, durante la quale «udì parole indicibili che non è lecito ad alcuno pronunciare» (v. 4), riceve risposta alla sua supplica. Il Risorto gli rivolge una parola chiara e rassicurante: «Ti basta la mia grazia; la forza infatti si manifesta pienamente nella debolezza» (v. 9).* (Papa Benedetto XVI, *Udienza generale del 13 giugno 2012*)

**ESPOSIZIONE EUCARISTICA CON CANTO**

**Tempo di preghiera silenziosa**

**Lettura personale**

**Dal discorso del Beato Pier Giorgio Frassati all'inaugurazione della bandiera dei Circolo «Giovane Pollone» (Da «Mio fratello Pier Giorgio. La fede», a cura di L. Frassati, Edizioni Paoline, Roma 1954, pp. 17-19).**

*«Preghiera, Azione e Sacrificio»: sono tre parole che riassumono tutto un vastissimo programma allo svolgimento del quale necessitano le energie di noi e delle generazioni che verranno. Preghiera è la nobile supplica che noi eleviamo al trono di Dio, è il mezzo più efficace per ottenere da Dio le grazie di cui noi abbisogniamo e specialmente la forza della perseveranza, in questi tempi in cui l'odio dei figli del demonio si scatena furibondo sulle pecore fedeli dell'ovile. E nel raccomandare a voi la fervida preghiera, io annovero in questa preghiera tutte le pratiche di pietà, prima fra tutte la Santissima Eucaristia. E, ripensando all'apostolo della Santissima Eucaristia - al santo Pio X di venerata memoria -, io vi esorto con tutte le forze dell'anima ad accostarvi il più possibile alla Mensa Eucaristica; cibatevi di questo Pane degli angeli e di là trarrete la forza per combattere le lotte interne, le lotte contro le passioni e contro tutte le avversità, perché Gesù Cristo ha promesso, a coloro che si cibano della Santissima Eucaristia, la Vita eterna e le grazie necessarie per ottenerla. E quando sarete totalmente consumati da questo fuoco eucaristico, allora potrete più coscientemente ringraziare Iddio che vi ha chiamati a far parte di quella schiera e godrete di quella pace che i felici secondo il mondo non hanno mai provata, perché la vera felicità, o giovani, non consiste nei piaceri del mondo e nelle cose terrene, ma nella pace della coscienza, la quale si ha soltanto se noi siamo puri di cuore e di mente. Dopo aver fortificato il nostro spirito nell'attendere con somma diligenza alle opere di pietà e dopo avere studiato intensamente i quesiti che ci agitano, allora ci potremo lanciare all'apostolato. E si distinguono tre apostolati. Prima di tutti l'apostolato dell'esempio: noi cattolici dobbiamo far sì che tutta la nostra vita sia regolata dalla legge morale cristiana; poi l'apostolato di carità, con l'andare in mezzo a coloro che soffrono e confortarli, in mezzo ai disgraziati e dir loro una buona parola, perché la religione cattolica è basata sulla carità che non è altro che il più perfetto Amore. L'apostolo San Paolo dice: «La carità di Cristo ci abbisogna» e, senza questo fuoco che a poco a poco deve distruggere la nostra personalità per palpitare solo per i dolori degli altri, noi non saremo cristiani e tanto meno cattolici. Infine l'apostolato di persuasione, e questo è uno dei più belli ed è necessario: avvicinate, o giovani, i vostri compagni di lavoro che vivono lontani dalla Chiesa e passano le ore libere non nei sani divertimenti, ma nel vizio. Persuadete questi infelici a seguire le vie di Dio, cosparse di molte spine ma anche di molte rose. Ma se ognuno di voi possedesse al massimo grado queste doti e non avesse in abbondanza lo spirito di sacrificio non sarebbe un buon cattolico. Noi dobbiamo in tutto e per tutto sacrificare le nostre ambizioni, tutto noi stessi alla causa della Fede. La nostra vita per essere cristiana è una continua rinunzia, un continuo sacrificio, che però non è pesante quando solo si pensi che cosa sono questi pochi anni passati nel dolore in confronto all'eternità felice, dove la gioia non avrà misura e fine, dove noi godremo di una pace che non si può immaginare.*

**Canto di adorazione**

**Intercessioni**

* Signore Gesù, tu che sei morto per amore, dona la tua vicinanza a tutti coloro che sono afflitti dalla sofferenza a causa della violenza e delle guerre;
* Signore Gesù, tu che sei stato obbediente al Padre fino alla morte di croce, insegnaci ad ascoltare la Tua Parola per fare la Tua volontà;
* Signore Gesù, tu che ci hai rivelato l’amore del Padre, mostraci la bellezza della nostra vita e la chiamata per ciascuno ad amare con te i fratelli;
* Signore Gesù, tu che sei il Crocefisso Risorto, donaci di scrutare i segni della tua venuta tra noi.

Intercessioni libere.

**CANTO FINALE E RIPOSIZIONE EUCARISTICA**